ULTRATONE

SUPER PRO 20

BEDIENUNGSANLEITUNG

Dieses Gerät ist getestet und stimmt mit den folgenden Standards überein:
EN 60601-1:1990 Medical Electrical Equipment
IEC 601-1:1988 und IEC 601-2-10:1987 Safety of Nerve and Muscle Stimulators
BS EN 60601-1-2:1993 Electromagnetic Compatibility

CE
0301
Das Gerät entspricht den grundlegenden Erfordernissen der Council Directive 93/42 Medical Devices

INHALT

Einführung in die Elektrotherapie	3
Ultratone Super Pro 20 Programme	4
Zum Verständnis der Super Pro 20 Bedienungselemente	6
Pflege und Erhaltung	9
Betrieb des Gerätes	10
Funktionen für fortgeschrittene Anwender	11
Fehlermeldungen	19
Schritt für Schritt Behandlungsablauf	20
Kontraindikationen und Vorsichtsmassnahmen	22
Ultratone Kunden Datenblatt	23
Skelettmuskeln und ihre Funktion	25
Ultratone Padlayouts & Programme	32
Ultrafast	34
Abnehmen	37
Tiefer Muskeltonus	41
Workout	45
Cellulite	49
Lymphdrainage	53
Nicht-operatives Facelifting	57
Brustlifting	59
Hüften, Schenkel und Gesäss	61
Rückbildung & Körperhaltung	63
Feuchtigkeitsinfusion & Tonisierung	67
Multi Mode Programme	69
Medizinische und Therapeutische Anwendungen	80
Fragen & Antworten	89
Hilfreiche Tips	90
Gerätedaten	93

EINFÜHRUNG IN DIE ELEKROTHERAPIE

Bioelekrizität

In den letzten 50 Jahren haben uns die revolutionären technologischen Durchbrüche zusammen mit der wissenschaftlichen Erforschung der biologischen Funktionen beim Menschen enorme Fortschritte auf dem Gebiet der Elektrostimulierung ermöglicht. So wie viele chemische Funktionen des Körpers mit elektrischen Analogien beschrieben werden können, können einige dieser Funktionen mit elektrischem Strom nachgeahmt oder gesteigert werden. Heute wissen wir, wie Haut und Bindegewebe oder Blut- und Lymphfluss stimuliert, und auch langsame, schnelle und gemischte Muskelfasern aktiviert werden. Diese bioelektrischen Behandlungen können im kosmetischen Bereich bei Körper- und Gesichtsformung angewandt werden und helfen beim Abnehmen, dem Anti-Aging, bei Muskelaufbau und allgemeiner Fitness.

Während einer Ultratone-Biostimulierungssitzung werden Elekroden in Form von aufgelegten Karbonpads oder selbstklebenden Pads auf der Hautoberfläche plaziert, durch die ein sanfter elektronischer Wechselstrom mit einer variierenden Abfolge verschiedener Frequenzen und Impulse an die Haut weitergegeben wird. Das Signal findet seinen Weg durch die Haut, das Bindegewebe und Adernsystem, hin zu den Fettpolstern, dem Lymphsystem und den Bewegungspunkten der Muskeln und veranlasst eine Kontraktion, als ob sie ein natürliches Nervensignal erhalten hätten.

Medizinische Anwendungen

Im Bereich von Medizin und Gesundheit wird die Elektrostimulierung angewandt bei der Entspannung von Muskelkrämpfen, der Vorbeugung von Muskelatrophie durch Nichtgebrauch der Muskeln, zur Steigerung der lokalen Durchblutung, Wiedererziehung der Muskeln, Vorbeugung von tiefen Thrombosen und zur Erhaltung oder Erweiterung des Bewegungsbereiches. Ebenso wird es auf dem Gebiet der Rehabilitation nach sportbedingten Verletzungen mit grossem Erfolg eingesetzt.

Haut

Niedrig pulsierende Wechselsströme bei niedriger Frequenz, wie sie bei der Ultratone-Stimulierung verwendet werden, sind oft angewandt worden zur Verbesserung der Durchblutung, zur Förderung der Produktion von Collagen und Elastin, und verhelfen zu einer besseren Regeneration der Hautzellen und der Rückformung hängender Hautpartien, und sind so eine effektive Methode, Alterszeichen zu reduzieren und der Haut ein jugendliches und gesundes Aussehen zu vermitteln.

Körper- & Muskelfomen

Das Prinzip der elektronischen Muskel-Stimulierung (EMS) ist sehr einfach. Wenn man willentlich bei einer alltäglichen Bewegung oder einem Training einen Muskel anspannt, sendet das Gehirn ein Signal über die Nerven zum Bewegungspunkt des Muskels, das den Muskel veranlasst, sich zusammenzuziehen.
Bei den Athleten wird Ultratone angewandt um Muskelverletzungen zu behandeln, die Erholungszeit nach einer Anstrengung zu beschleunigen und zusätzlich zu ihren Trainings- und Konditionsmassnahmen. In Schönheitssalons werden Ultratonegeräte mit ihrer vollen Leistungsfähigkeit zum Liften, Straffen , Formen und zur Verjüngung eingesetzt.

Das Lymphsystem

Der gesunde aktive Körper verfügt normalerweise über ein gut reguliertes Lymphsystem, das überschüssige Gewebsflüssigkeit ausspült und Körpergifte reduziert. Der sitzende Lebensstil und die Zunahme der Umweltverschmutzung haben zur Folge, dass der Körper oft Schadstoffe nicht ausscheiden kann, die sich dann im Körper ansammeln. Die besonderen, physio-sequentiell rotierenden Programme von Ultratone für die Lymphdrainage unterstützen den Körper dabei, eine natürliche Balance wiederherzustellen, indem sie das Lymphsystem auf gesunde Weise auspumpen, so den Flüssigkeitsstau abbauen und die Umfangsverminderung an Bauch und Schenkeln fördern.

Fettreduzierung

Dr. Michael le Faou zeigte in einer Studie, wie die besondere Niederfrequenz der physio-sequentiell rotierenden Programme von Ultratone beim Abbau von Fettansammlungen hilft, auch bei Cellulite. Ein deutscher Sportwissenschaftler zeigte in den 80-er Jahren mithilfe einer Nadelbiopsie die Reduzierung der Fettzellen durch EMS. Auch unterstützt EMS den Körper, ähnlich einer natürlichen Muskelaktivität, beim Mehrverbrauch von Kalorien.

ULTRATONE SUPER PRO 20 PROGRAMME

11 ULTRATONE SUPER-PROGRAMME FÜR SIMULTANES KÖRPERFORMEN

ULTRAFAST INCHLOSS (ULTRASCHNELLE UMFANGSVERMINDERUNG)
Wenn Sie das Ultratone Super PRO 20 einschalten, startet das Ultrafast-Programm automatisch als erstes. Die hochfrequenten, weit gepulsten, tiefen Signale produzieren eine starke Straffung der Muskeln, eine Verdichtung des Gewebes und Ausspülen von überschüssiger Flüssigkeit. Es ist das ideale Einführungsprogramm für Kunden, die effektive und schnelle Umfangsverluste sehen wollen.

1. ABNEHMEN
Das tief eindringende Signal unterstützt die Stimulierung des Stoffwechsels bei der Fettverbrennung, während es gleichzeitig hängende Muskeln und schlaffe Haut strafft und zieht.

2. TIEFER MUSKELTONUS
Die weiten Impulse und langen Stimulierungszeiten stimulieren die Muskeln, die durch ein aktives Training normalerweise nicht erreicht werden können. Die schnelle Einstellung dieser grossen körperformenden Muskeln verhilft zu schnellen ausgezeichneten Resultaten beim Abnehmen und Formen.

3. FITNESSTRAINING
Die intensive sequentielle Stimulierung verwandelt die Muskeln schrittweise, erzeugt Rundungen und formt eine perfekte Silhouette und einen fitten Körper.

4. CELLULITE-REDUZIERUNG
Die Kombination des einzigartigen Ultrawave-Signals mit der intensiven, tiefen Rotation der Frequenzen unterstützt Anti-Cellulite- und Hautbefeuchtunsprodukte beim Eindringen in die Haut, während es gleichzeitig den Behandlungsbereich strafft, formt und liftet sowie beim Abnehmen hilft.

5. LYMPHDRAINAGE
Dieses sanfte Programm simuliert einen tiefen beruhigenden Massage- und Lymphdrainage-Impuls. Überschüssige Gewebeflüssigkeit und Schadstoffe werden verstärkt ausgeschwemmt, gleichzeitig angeschwollene Gebiete im Bauchbereich und an den Knöcheln reduziert.

6. GESICHTSSTRAFFUNG OHNE CHIRURGIE
Das ist wirklich das ultimative nichtoperative Facelifting, denn es kombiniert die Signale zum Muskeln liften, straffen und formen mit Sequenzen zur Hautverjüngung. Die 15-minütige Behandlung hilft bei der Reduzierung feiner Falten, liftet hängende Haut und Muskeln und verleiht dem Gesicht ein jugendliches Aussehen.

7. BRUSTSTRAFFUNG
Dieses neue, schnell agierende Programm kreist durch eine Hautbehandlung mit einem präzisen Muster von Signalen, das entworfen wurde, um die Brust und die Armmuskeln zu heben und zu stärken. Mit einer Behandlungskur erhalten Sie eine sanfte Wölbung des Decolletes und eine feste Brust, während der Microwechselstrom die Durchblutung der Haut fördert, um Struktur und Aussehen zu verbessern.

8. HÜFTE, OBERSCHENKEL UND HINTERN
Eine kräftige und energetisierende Sequenz von tiefen Impulsen kombiniert mit Anti-Cellulite-Signalen und dem für Ultrawave-Produkte förderlichen Microwechselstrom unterstützt das Abnehmen an den Schenkeln und gibt dem Gesäss ein festes und wohlgeformtes Aussehen. Dies ist das ideale Programm, um den „Pear-shape“-Effekt zu reduzieren und Grübchen von Fettpolstern zu glätten.

9. POST NATAL (RÜCKBILDUNG) & KÖRPERHALTUNG
Die niederfrequenten und langen Stimulierungen, kombiniert mit hochspezifischen Pad-Layouts fördern die Stärkung und Verjüngung der Becken- und Haltungsmuskulatur, um die Elastizität und Lage vitaler Organe wiederherzustellen. Dies ist die ideale Nachsorge-Behandlung und ein essentielles Programm für Frauen, die eine Becken- und Haltungs-Wiedererziehung brauchen.

10. FEUCHTIGKEITSVERSORGUNG& TONUS
Wenn die Körper- und Gesichtsformungsresultate erreicht wurden, sichern schon zwei Behandlungen pro Monat mit dem Ultratone-Erhaltungsprogramm die erreichten Vorteile und Ergebnisse. Das konzentrierte Programm kreist durch den gesamten Signalbereich für das Abnehmen, Lifting, Formen, Hautverjüngung und Lymphdrainage sowohl für den Körper als auch das Gesicht.

30 ULTRATONE MULTI-MODE-DIFFERENTIAL-SUPER-PROGRAMME

Sie können jetzt auch drei unterschiedliche Bereiche des Körpers und Gesichtes mit 30 SUPER PRO 20 Multi-Mode-Programmen behandeln. Die biologisch aufeinanderfolgenden rotierenden Programme bringen genau die richtige Stimulierung für die verschiedenen Bedürfnisse der Körperformung, des Abnehmens, des Lifting und der Verjüngung.

1. SUPER ABNEHMEN (SUPER SLIMMING)
*** ULTRAFAST * ABNEHMEN & FORMEN * LYMPHDRAINAGE**
Drei konzentrierte Ultratone-Programme für Umfangsverminderung, Gewichts- und Fettabbau, Wasser-Reduzierung und Muskelformen für superschnelle Ergebnisse.

2. SUPER LIFTING, STRAFFEN & FORMEN (SUPER LIFT, TIGHTEN & TONE)
*** BAUCH & GESÄSS * TAILLE * LYMPHDRAINAGE**
Drei verschiedene Programme für besondere Bereiche, um die Ergebnisse zu maximieren. Die verschiedenen Sequenzen liften, straffen formen und entwässern genau da, wo es der Kunde will.

3. MULTI KÖRPER STIMULATION (MULTI BODY STIMULIERUNG)
*** HÜFTE & SCHENKEL * GESÄSS * BRUST & ARME**
Perfekt ausbalancierte, getrennte Programme für das Abnehmen, Liften und Formen. Einige Bereiche erfordern eine Umfangsverminderung und Cellulite-Reduzierung, andere benötigen eine Straffung, Stärkung und Formung.

4. SUPER ULTRAFAST & TIEFER MUSKELTONUS (SUPER ULTRAFAST & DEEP MUSCLETONE)
*** BAUCH & GESÄSS * TAILLE & INNERE SCHENKEL * BRUST & ÄUSSERE SCHENKEL**
Diese drei Programme stimulieren konzentriert die tiefen, grossen körperformenden Muskeln, bauen überschüssiges Fett ab, während sie gleichzeitig die Brüste, Arm- und Schenkelbereiche liften und formen.

5. SUPER ANTI-AGEING GESICHT & KÖRPER (SUPER ANTI-AGEING FACE & BODY**)**
*** ANTI-AGING GESICHTSLIFT * LYMPHDRAINAGE * ANTI-CELLULITE**
Diese drei vielfältigen Programme sind die idealen kombinierten Gesichts- und Körperbehandlungen für die reife Frau, die eine komplette Körper-/ Gesichtsmodellierung und Verjüngung braucht.

6. GESICHT & KÖRPER LIFTEN UND FORMEN (FACE & BODY LIFT AND TONE)
*** GESICHT * BRUST & ARME * BAUCH & HÜFTE : LIFT & FORMEN**
Diese aufeinanderfolgenden Programme wurden ersonnen für den vielbeschäftigten Kunden, der eine kombinierte Körper- und Gesichtsbehandlung braucht. Eine sanfte Gesichtsstimulierung ist perfekt kombiniert mit einem Programm zur Entgiftung, zum Liften und Formen.

7. SUPER BODYBUILDING WORKOUT (SUPER BODYBUILDING WORKOUT)
*** SIX PACK & QUADS * KNIESEHNEN, GESÄSS & TRICEPS * BRUSTMUSKELN & BICEPS**
Entsprechend den Methoden von Topathleten und Olympiatrainern fördern diese kombinierten Ultratone-Programme die Muskelmasse, Stärke und Kondition. Ideal für Bodybuilding-Routinen und sportliches Training.

8. SUPER REHABILITATION (SUPER REHABILITATION)
*** BRUSTMUSKELN & ARME * BAUCH & QUADRICEPS * WADEN & RÜCKEN**
Entwickelt für die Rehabilitation nach Verletzungen geben diese individuellen Programme die exakten Signale ab zur Rehabilitation von Muskeln und Bindegewebe in verschiedenen Körperbereichen.

9. SUPER KÖRPER FORMUNG (SUPER BODY SCULPTING)
*** TIEFES LIFTING & FORMEN * CELLULITE & LYMPHDRAINAGE * INCHLOSS & STRAFFEN**
Entworfen für die Bereiche, die mit aktiven Übungen nicht leicht erreicht werden können, stellen diese intensiven Programme alle erforderlichen Signale zum Formen und Abnehmen bereit. Die Behandlung hilft bei der Cellulite-Reduzierung, der Haut- und Muskelformung und bei der Entwicklung einer schönen Figur.

10. BECKENMUSKELN; HALTUNG & ANTI AGING (PELVIC-FLOOR; POSTURE & ANTI AGING)
*** HALTUNG * BECKENMUSKELN * LYMPHDRAINAGE**
Entworfen für die Bekämpfung der abgeschlafften Haltungs- und Beckenmuskeln formt dieses Ultratone-Multi-Mode-Programm den Körper zurück, richtet ihn neu aus und ermöglicht so den Kunden wieder einen aktiven Lebensstil voll Selbstvertrauen und Energie.

ULTRATONE SUPER PRO 20 BEDIENUNGSELEMENTE

Ein/Aus Schalter (On/Off Switch)
Hiermit schalten Sie die Stromversorgung Ihres Super PRO 20 ein. Er befindet sich auf der Rückseite des Gerätes links.

Externe Stromversorgung (External Power Socket)
Der externe Stromversorgungs-Adapter, Typ PLP2, wird an der Buchse über dem Ein-/Aus-Schalter angeschlossen. Er liefert die Energie für die Geräte, die nur mit Netzspannung betrieben werden, und lädt die Akkus bei den Geräten, die mit Batterien betrieben werden. Dieser 12-Volt-Akku garantiert eine minimale Betriebszeit von 16 Stunden bei kontinuierlicher Behandlung. Das Super PRO 20 kann auch während des Akku-Ladevorgangs sicher betrieben werden, weder leidet darunter der Akku noch der laufende Betrieb des Gerätes. Es wird empfohlen, nur den von Ultratone zugelassenen Adapter, Typ PLP2, zu verwenden.

LCD Anzeige (Display Panel)
Die LCD-Anzeige zeigt 2 Zeilen und hat eine Hintergrundbeleuchtung zur besseren Sichtbarkeit der Anzeigen. Wenn das Ultratone Super PRO 20 im **Simultan-Modus** betrieben wird, zeigt die obere Zeile die Programmbezeichnungen sowie Informationen, Fehler- oder Warnmeldungen. Die untere Zeile zeigt die momentanen Einstellungen der verschiedenen Parameter. Während einer Behandlung wird der Status des TENS und Microimpulses angezeigt, zusammen mit einem Trainingszähler und dem aktuellen Datum und der Uhrzeit.
Wird das Ultratone Super PRO 20 im **Multi-Mode** betrieben, sehen Sie den Titel des ausgewählten Multi-Mode-Programms. Nach dem Drücken der START-Taste erscheinen die einzelnen Programmschritte.

Zubehör Anschluss (Accessory Socket)
Dieser Anschluss ist für zukünftige Anwendungen vorgesehen.

Kontrolllampe Batterie leer (nur bei Batteriegeräten (Battery low light (Battery units only))
Diese Lampe leuchtet auf, wenn der Akku geladen werden muss. Ab diesem Zeitpunkt kann das Super PRO 20 noch etwa 30 Minuten genutzt werden, dann schaltet sich das Gerät selbstständig aus, um eine Tiefentladung des Akkus zu verhindern. Schliessen Sie in diesem Fall den externen Stromversorgungs-Adapter PLP2 an und der Akku wird wieder geladen. Während des Ladevorgangs leuchtet diese Kontrolllampe, bis der Akku wieder voll geladen ist.

Kontrollleuchte Batterie wird geladen (Batteriegeräte), Standby-Leuchte (Netzgeräte), On Charge Light (Battery units) Standby-Light (Mains units)
Diese Lampe leuchtet auf, wenn der externe Stromversorgungs-Adapter angeschlossen ist. Das Super PRO 20 (Batteriegerät) kann auch während des Akku-Ladevorgangs sicher betrieben werden. Wenn Sie während eines Akku-Ladevorganges nicht behandeln, sollten Sie den Ein/Aus-Schalter auf **Aus** stellen. Nach etwa 8 Stunden ist der Akku wieder voll geladen und die Kontrolllampe „Batterie leer geht“ aus.

Stromversorgungs-Kontrollleuchte (Power-On Light)
Diese Kontrolllampe leuchtet grün, wenn das Gerät mit dem Ein/Aus-Schalter auf der Rückseite eingeschaltet wird.

Programm Einstellungen (Programm-Settings)
Auf diesem 10-Tasten-Feld wählen Sie das gewünschte Behandlungsprogramm.

Wenn das Ultratone Super PRO 20 im **Simultan-Modus** betrieben wird oder wenn ein Programm ausgewählt ist, leuchtet über der gewählten Taste ein grünes Licht auf und die Parameter für den ersten Teil des Programms werden angezeigt. Ein weiteres Drücken dieser Taste beendet das Programm wieder, das grüne Licht geht wieder aus und auf dem LCD-Display sind wieder die Standardeinstellungen zu sehen.

Wird das Ultratone Super PRO 20 im **Multi-Mode** betrieben, sehen Sie den Titel des ausgewählten Multi-Mode-Programms. Nach dem Drücken der START-Taste oder dem Einschalten der Intensitätsregler erscheinen die einzelnen Programmteile in rotierender Folge.
Programme können nur nach beendeter Behandlung angewählt werden. Wenn Sie während einer Behandlung eine andere Programmtaste betätigen, hat das keine Auswirkung auf das laufende Programm, es erscheint nur eine Fehlermeldung auf dem LCD-Display.

Manuelle Einstellungen (Manual Settings)
Mit Ausnahme des Schalters für den Schwingungsverlauf sind die Drucktasten im manuellen Bereich paarweise angeordnet. Die obere Taste erhöht, die untere Taste verringert die Einstellung, die jederzeit geändert werden kann. Wird eine Taste nur kurz angetippt und gleich wieder losgelassen, verändert sich der Wert nur um eine Ziffer. Drücken Sie länger als ½ Sekunde, ändern sich die Werte schnell bis Sie die Taste wieder loslassen.

Kontraktion (Contraction)
Mit diesen beiden Tasten (< >) regeln Sie die Kontraktionszeit. Die höchstmögliche Einstellung ist 60 Sekunden, die niedrigste ist 0 Sekunden. Wenn Sie die Taste zum Höherregeln gedrückt halten, wird, wenn der maximale Wert erreicht ist, der Wert wieder heruntergeregelt bis auf 0 Sekunden. Entsprechend wird, wenn die Taste zum Herunterregeln dauernd gedrückt wird, der angezeigte Wert gegen 0 gehen und dann wieder bis zum Maximum ansteigen. Wenn die Relaxations-Einstellung bei 0 ist, ist die Minimal-Kontraktionszeit 1 Sekunde. Eine Einstellung von 0 Sekunden für beide Werte ist also sinnlos.

Entspannung (Relaxation)
Mit diesen beiden Tasten (< >) regeln Sie die Entspannungszeit in derselben Art, wie oben für die Kontraktionszeit beschrieben.

Frequenz (Frequency)
Mit diesen beiden Tasten (< >) regeln Sie die Zahl der Impulse pro Sekunde der Kontraktionshüllkurve. Der maximale Wert ist 100 Hertz. Wenn das Maximum erreicht ist, ist aus Sicherheitsgründen keine weitere Erhöhung möglich und es erscheint eine Meldung im LCD-Display, dass das Maximum erreicht ist. Entsprechendes geschieht, wenn der minimale Wert von 1 Hertz erreicht ist.

Impulsbreite (Puls-Width)
Mit diesen beiden Tasten (< >) regeln Sie die Dauer jedes Stimulierungsimpulses. Eine grosse Impulsbreite bedeutet, dass der einzelne Stimulierungsimpuls länger dauert, eine kleine Impulsbreite verkürzt die Zeit. Es wird also nicht die Anzahl der Impulse, sondern deren zeitliche Länge verändert. Der Einstellbereich geht von 10 Millisekunden bis 999 Millisekunden. Beim Versuch, diese Werte zu über- oder unterschreiten, erhalten Sie, wie bei den Änderungen der Frequenz, eine Meldung im LCD-Display.

Anstiegszeit (Ramp Time)
Mit diesen beiden Tasten (< >) regeln Sie die Anstiegszeit der Kontraktionshüllkurve. Um eine Behandlung noch komfortabler zu gestalten, kann die Anstiegszeit verlängert werden. Das Kontraktionsignal kommt langsamer und sanfter. Der kleinste einstellbare Wert ist 0, das Maximum sind 5 Sekunden. Das verfügbare Maximum ist abhängig von den Kontraktions- und Entspannungszeiten. Wenn diese kürzer sind als 5 Sekunden, ist auch die Anstiegszeit kürzer.
Beispiel 1: Wenn die Kontraktionszeit bei 2 Sekunden, die Entspannungszeit bei 3 Sekunden eingestellt ist, kann die maximale Länge der Anstiegszeit 2 Sekunden betragen.
Beispiel 2: Wenn die Anstiegszeit bei 4 Sekunden eingestellt ist und dann die Kontraktionszeit von 10 Sekunden auf 2 Sekunden reduziert wird, wird automatisch die maximale Länge der Anstiegszeit auf 2 Sekunden reduziert.

Schwingungsverlauf (Waveform)
Der spezifische bioelektrische Ultratone Ultrawave-Schwingungsverlauf kann, abhängig von den gewünschten Behandlungseffekten, in verschiedenen Impulsen, Frequenzen und Kontraktionshüllkurven dargestellt werden. Diese Einstellungen sind normalerweise im Programm festgelegt. Der Ultrawave-Schwingungsverlauf kann dabei sowohl monophasisch wie biphasisch sein.

BIPHASISCH (Biphasic)
Bei dieser Einstellung sind beide Pads (eines Ausgangs) in der Intensität gleich und es gibt keine positive oder negative Elektrode. Dieses Signal wird gewöhnlich als sehr stark wahrgenommen und findet allgemeine Verwendung bei sehr intensivem Bodybuilding und Krafttraining.

MONOPHASiSCH (Monophasic)
Bei dieser Einstellung fliesst das Signal anfänglich in einer Richtung mit einer leichten Polaritätsumkehrung am Ende des Impulses, um die Entstehung eines Reststromes zu verhindern, und wird als sehr komfortabel wahrgenommen. Der Fluss des Wechselstroms verläuft vom negativen zum positiven Pad, das negative Pad wird als intensiver empfunden.

Die an die Pads angeschlossenen Kabel sind besonders markiert (gerippt für das positive, glatt für das negative Kabel) und jede Kabelverbindung hat ein Plus (+) oder Minus (-) aufgeprägt, um das stärkere, negative Pad besser vom schwächeren, positiven Pad unterscheiden zu können. Auf dem LCD-Display sehen Sie Einstellung für den Schwingungsverlauf entweder als **MONO** (für monophasisch) oder als **BI** (für biphasisch).

Timer
Mit diesen beiden Tasten stellen Sie die Behandlungszeit ein. Das ist die Zeit für eine Behandlung, nachdem die START-Taste gedrückt wurde. Mit der oberen Taste erhöhen Sie die Behandlungszeit bis zum Maximum von 120 Minuten. Die untere Taste reduziert diese Zeit bis zu einem Minimum von 1 Minute. Wie bei den Einstellungen für die Kontraktions- und Entspannungszeiten gehen die Einstellungen vom Minimum zum Maximum oder umgekehrt.

Start
Diese Taste hat zwei Funktionen:
1. Wenn die Intensitätsregler eingeschaltet und alle Pads angelegt sind, starten Sie mit der START-Taste den Timer für die Behandlung.
2. Wenn die Intensitätsregler **nicht** eingeschaltet sind, starten Sie mit der START-Taste die Behandlung sofort.

Stop
Wenn Sie diese Taste während einer Behandlung drücken, wird diese sofort abgebrochen und alle Einstellungen wieder in den Anfangszustand zurückgesetzt. Der Behandler oder der Kunde sollten im Falle irgendwelcher Unannehmlichkeiten diesen Knopf drücken.

Hauptausgangsregler (Master output dial)
Mit diesem Regler können Sie die Intensität aller Ausgänge gleichzeitig erhöhen oder vermindern, die Behandlung insgesamt verstärken oder abschwächen, ohne die verschiedenen Einstellungen der einzelnen Ausgänge zu stören. Der Einstellbereich von 100 – 130 % und der Regler sollten zu Beginn einer Ultratone-Behandlung bei 105 % eingestellt sein und kann dann im Programmverlauf höher oder niedriger geregelt werden.

Ein Anwender, der schon mit Ultratone-Körperbehandlungen vertraut ist, kann zur Maximierung der Ergebnisse den Regler herauf oder hinunterdrehen. Bei Gesichtsstimulierungen sollte dieser Regler nicht verändert werden.

Intensitätsregler (Intensity-Dials)
Jedes Pad-Paar wird mit einem Intensitätsregler eingestellt, der Bereich geht von 0–10. Entsprechend der unterschiedlichen Reaktionen der Behandlungsbereiche und Seiten des Körpers auf die Ultratone-Stimulierung können die Einstellungen der Ausgänge variieren.

PFLEGE UND ERHALTUNG

Das Gerät enthält keine vom Benutzer zu reparierenden Teile. Eine Reparatur /Wartung darf nur von qualifiziertem Servicepersonal durchgeführt werden. Wenn Sie eine Veränderung der Arbeitsweise des Gerätes bemerken, **verwenden Sie es nicht**, und fragen Sie Ihren Lieferanten um Rat.

Gerät Super PRO 20
Das Gerät darf weder während es arbeitet noch zur Wartung geöffnet werden.
Nachfolgend einige Bemerkungen zur Pflege der Oberfläche des Gerätes:
Gelegentlich sollte es mit einem weichen, mit ein wenig Seifenwasser befeuchteten Tuch abgewischt werden.
* Verwenden Sie nie starke Reinigungs- oder Lösungsmittel oder Polituursprays!
* Lassen Sie bei einer Reinigung niemals Wasser in das Gerät laufen!
* Besprühen Sie niemals auch nur Teile des Gerätes mit irgendeinem Spray!

Batterien
Eine wiederaufladbare Batterie ist vom Werk her eingebaut. Bei sorgfältigem Gebrauch und korrekten Ladevorgängen hat sie eine Lebensdauer von bis zu 5 Jahren. Bei Defekten an der Batterie sollte das Gerät zum Austausch der Batterie an das Werk zurückgeschickt werden. Die Batterie sollte immer voll geladen sein, auch sollte das Gerät immer mit voll geladener Batterie gelagert werden, das verlängert die Lebensdauer der Batterie. Sollte das Gerät länger als 6 Monate nicht verwendet werden, sollte die Batterie wieder voll geladen werden, um ihren Zustand zu erhalten.

Pads
Bei normalem Gebrauch haben die Pads eine Lebensdauer von etwa 2 Jahren, sie verschleissen langsam.Wenn sich Anzeichen von Schwellungen oder Beschädigungen an den Rändern zeigen, sollten sie ersetzt werden. Sie können in Seifenwasser von Schmutz und Dreck gereinigt werden. Ersatzpads erhalten Sie bei Ihrem Ultratone-Händler. Bitte notieren Sie sich für eine Bestellung die folgenden Teilenummern: Gummi Pad 1PAD4-100mm, selbsthaftende Körperpads 1PADSA4-70mm, selbsthaftende Gesichts-Micropads 1PADF.

Kabel
Überprüfen Sie gelegentlich die Kabel auf Beschädigungen der Isolierung, erkennbar an blankliegendem Leitungsdraht. Bei den Steckern sollte darauf geachtet werden, dass sie gerade sind und frei von Korrosion. Bei Beschädigungen ersetzen Sie die Kabel durch von Ultratone zugelassene Kabel.

Gurte
Die Gurte können bei niederen Temperaturen (40 °) in Seifenwasser gewaschen werden.

Erklärung der Warnsymbole

Beachten Sie, dass nicht alle Symbole vorhanden sein müssen.

GERÄTEBETRIEB

1. DREHEN SIE ALLE INTENSITÄTSREGLER AUF 0.

2. SCHALTEN SIE DAS GERÄT EIN.

Benutzen Sie dazu den Schalter auf der Rückseite. Das Gerät führt einen Selbsttest aus und initialisiert alle internen Schaltkreise. Nach etwa 3 Sekunden erscheinen auf dem LCD-Display in der unteren Zeile die Standardeinstellungen von:

			ULTRAFAST			
4	4	100	400	0.6	MONO	17
Kontraktion	Entspannung	Frequenz	Impulsbreite	Anstiegszeit	Schwingungsform	Timer

Das ist das Programm **Ultrafast Inchloss**

3. SICHERHEITSSTART

Wenn einer der Intensitätsregler eingeschaltet sein sollte und keine Behandlung läuft, zum Beispiel wenn das Gerät eingeschaltet wird, erscheint eine Warnmeldung, dass alle Intensitätsregler ausgeschaltet werden sollten. Diese Meldung bleibt solange, bis diese alle ausgeschaltet sind. Wenn diese Meldung erscheint, sind alle Ausgänge deaktiviert und es kann nicht behandelt werden.

4. PROGRAMMAUSWAHL

Der nächste Schritt nach dem Einschalten des Gerätes und dem Ausschalten aller Intensitätsregler, falls notwendig, ist die Auswahl eines Behandlungsprogramms. Zunächst gibt es die Auswahl unter 11 Programmen: 10 physiosequentielle Programme, das 11. ist das ULTRAFAST-Programm. Um eines dieser 10 sequentiellen Programme für eine Behandlung auszwählen, drücken Sie einmal kurz auf eine Taste im Bereich PROGRAM SETTINGS. Es ändern sich die Anzeigen auf dem LCD-Display und die grüne Kontrollleuchte über der ausgewählten Programmtaste leuchtet.

Um die Auswahl zu ändern, drücken Sie einfach eine andere Taste. Um zum ULTRAFAST-Programm zurückzukehren, drücken Sie die zuvor ausgewählte Programmtaste ein weiteres Mal. So wird das zuvor gewählte Programm gestoppt, die Kontrollleuchte geht aus und es erscheinen wieder die Einstellungen von ULTRAFAST. Jede der im LCD-Display angezeigten Einstellungen kann mit den entsprechenden Tasten erhöht oder vermindert werden.

5. ANLEGEN DER PADS

Nach der Auswahl eines geeigneten Programms legen Sie die Pads an. Wenn Sie dann einen der Intensitätsregler einschalten, startet die Behandlung. Mit der Einstellung dieser Regler und dem Anpassen der Pad-Positionen geht es weiter, bis alles befriedigend eingestellt ist. In dieser Zeit erscheint eine Meldung in der oberen Zeile des LCD-Displays: START DRÜCKEN, WENN SIE BEREIT SIND. Die angezeigte Behandlungszeit ist also noch nicht angelaufen und die Programme kreisen noch nicht, bleiben aber mit den Anfangseinstellungen im Programm.

6. START DER BEHANDLUNG

Wenn alle Pads zufriedenstellend sitzen und die Intensitätsregler auf einem komfortablen Level eingestellt sind, kann die Behandlungszeit gestartet werden. Dies geschieht mit einem Druck auf die START-Taste. Die Nachricht in der oberen Displayzeile wird gelöscht, es erscheint nun entweder Tens oder Micropuls, Datum und Uhrzeit, der Übungszähler (Anfangswert 0000), und der Timer startet.

Sie können auch vor dem Einschalten der Intensitätsregler die START-Taste drücken. In diesem Fall erscheint keine Meldung in der oberen Displayzeile und die Behandlung beginnt sofort.

7. WÄHREND DER BEHANDLUNG

Wenn die Behandlung läuft, wird die Anzeige im Display ständig aktualisiert. Während der Kontraktionsphase zeigt ein Pfeilsymbol auf die Kontraktionszeit (>>) und ein gelbes Licht bewegt sich in einer Impulsanzeige auf der rechten Seite des Bedienungsfeldes. Die Position dieses Lichtes zeigt die Zeit der Kontraktion, die bereits vergangen ist bzw. noch übrig bleibt. Am Ende der Kontraktion wechselt das Pfeilsymbol zur Anzeige der Entspannungszeit und das Licht in der Impulsanzeige erlöscht. Am Ende der Entspannungszeit, wenn der nächste Programmschritt kommt, ändern sich die Einstellungen wieder und die nächste Kontraktionsphase beginnt. Der Timer wird zu jeder vollen Minute aktualisiert.

2 Minuten vor dem Ende der Behandlung schaltet das Gerät automatisch in den WARM-DOWN-Modus. Während der Behandlung können Sie alle Einstellungen ändern ausser der Behandlungszeit. Diese kann nur verändert werden, wenn das Gerät nicht im WARM-DOWN-Modus ist. Wenn sich das Gerät in diesem Modus befindet, ist eine Zeitänderung nicht mehr möglich.

Beachten Sie: Während der Behandlung können Sie das Programm nur wechseln, wenn Sie die STOP-Taste drücken.

8. ENDE DER BEHANDLUNG

Die Behandlung wird automatisch beendet, wenn die Behandlungszeit abgelaufen ist und die Timeranzeige im Display am Ende des 2-minütigen WARM-DOWN auf 0 steht. Notfalls können Sie jederzeit mit der STOP-Taste eine Behandlung sofort abbrechen.

Wenn die Behandlung entweder durch den Timer oder die STOP-Taste beendet wird, sind alle Ausgänge abgeschaltet, die Einstellungen sind die gleichen wie beim Einschalten, die obere Zeile im Display wird gelöscht und die Sicherheitsstartwarnung erscheint, falls die Intensitätsregler noch nicht ausgeschaltet wurden.

FUNKTIONEN FÜR FORTGESCHRITTENE ANWENDER

Mit dem Funktionsmenü für fortgeschrittene Anwender können Sie die Einstellungen Ihres Super PRO 20 anpassen. Das Menü stellt folgende Optionen bereit:

1. ULTRATONE PROGRAMME durchführen
2. Multi-Mode BEHANDLUNG
3. NEUE PROGRAMME anwenden
4. NEUE PROGRAMME erstellen
5. NEUE PROGRAMME zurücksetzen
6. MICRO PULS
7. TENS
8. GESAMT-BETRIEBSSTUNDENANZEIGE
9. DATUM und UHRZEIT einstellen
10. Auswahl des AUSGANGS-MODUS
11. SPRACHAUSWAHL

Nachfolgend werden diese Optionen beschrieben.

AUFRUFEN DES MENÜS FÜR FORTGESCHRITTENE ANWENDER

Das Menü für fortgeschrittene Anwender wird aufgerufen durch Drücken der SELECT-Taste.
Es darf zu diesem Zeitpunkt kein Behandlungsprogramm ausgewählt sein.

Wenn ein Behandlungsprogramm läuft, ist es nicht möglich, in dieses Menü zu gelangen. Wenn Sie in einem solchen Fall die SELECT -Taste drücken, erscheint eine Fehlermeldung im Display.
Wenn das Menü geöffnet wird, erscheinen die ersten beiden Optionen auf dem Display:

> 1. ULTRATONE PROGRAMME durchführen <
2. Multi Mode BEHANDLUNG

Die Pfeilsymbole > < in der ersten Zeile markieren die Option, die aktuell ausgewählt ist. Wenn Sie jetzt die SCROLL DOWN-Taste drücken, wandert die Zeile mit der Option 2 nach oben an die Stelle von Option 1 und in der unteren Zeile wird Option 2 durch Option 3 ersetzt. Durch wiederholtes Betätigen der SCROLL DOWN-Taste werden nach und nach alle Optionen nach oben bewegt, bis die letzte Option angezeigt wird. Durch Drücken der SCROLL UP-Taste erfolgt die Anzeige in umgekehrter Richtung.

Mit diesen SCROLL-Tasten bewegen Sie die Option, die Sie auswählen wollen, in die oberste Zeile zwischen die Pfeilsymbole und drücken dann die SELECT-Taste, um diese Option zu öffnen.

Einige Optionen bieten zusätzliche Sub-Menüs an. Wenn ein Sub-Menü durch die Pfeilsymbole in der unteren Zeile markiert ist, können Sie sich durch wiederholtes Betätigen der SCROLL DOWN- und SCROLL UP-Tasten alle Sub-Menüs anzeigen lassen. Zum Öffnen des Sub-Menüs drücken Sie die SELECT-Taste.

Mit der STOP-Taste verlassen Sie das Menü. Wenn diese Taste in einem Sub-Menü betätigt wird, wird das vorhergehende Menü aus dem Hauptmenü angezeigt. Wird sie im Hauptmenü betätigt, kehren Sie wieder zum aktuellen Programm zurück.

MENÜ OPTIONEN

1. ULTRATONE PROGRAMME durchführen

Mit den SCROLL UP/DOWN-Tasten und der SELECT-Taste wählen Sie die Option 1 „ULTRATONE PROGRAMME durchführen“ aus dem Hauptmenü. Mit der Auswahl dieser Option werden die vom Werk installierten Standardeinstellungen eines Programms angezeigt. Haben Sie ein Grundprogramm manuell verändert und möchten jedoch wieder zum voreingestellten Programm zurück, wählen Sie „ULTRATONE PROGRAMME durchführen“

Durch das Drücken einer Taste im Feld PROGRAM SETTINGS werden die installierten Standardeinstellungen des ausgewählten Programms angezeigt. Wenn Sie z.B. die Taste P1 für Programm 1 drücken, leuchtet das Kontrolllicht dieser Taste auf und Sie sehen auf dem Display folgende Einstellungen:

			ABNEHMEN			
2.0	3.0	75	300	0.5	MONO	45

2. Multi Mode BEHANDLUNG

Mit den SCROLL UP/DOWN-Tasten und der SELECT-Taste wählen Sie die Option 2 „Multi Mode BEHANDLUNG“ aus dem Hauptmenü. Mit der Auswahl dieser Option werden die installierten Standardeinstellungen der Multi-Mode-Programme angezeigt und zur Veränderung freigegeben.

Durch das Drücken einer Taste im Feld PROGRAM SETTINGS werden die installierten Standardeinstellungen des ausgewählten Multi-Mode-Programms angezeigt. Wenn Sie z.B. die Taste P1 für Programm 1 drücken, leuchtet das Kontrolllicht dieser Taste auf und Sie sehen auf dem Display folgende Einstellungen:

			SUPER SLIMMING			
3.0	0	60	400	0.6	MONO	30

Wenn diese Option einmal ausgewählt wurde, bleibt sie im Display stehen, selbst wenn Sie das Gerät aus- und wieder einschalten. Um wieder zu den Ultratone-Standardprogrammen zurückzukehren, müssen Sie wieder die SELECT-Taste drücken und die Option 1 „ULTRATONE PROGRAMME durchführen“ auswählen.

3. NEUE PROGRAMME anwenden

Mit den SCROLL UP/DOWN-Tasten und der SELECT-Taste wählen Sie die Option 3 „NEUE PROGRAMME anwenden“ aus dem Hauptmenü.

Um die Option 3 „NEUE PROGRAMME anwenden“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist:

```
> 3.  NEUE PROGRAMME anwenden                                    <
  4.  NEUE PROGRAMME erstellen
```

Die Auswahl dieser Option ermöglicht es Ihnen, die neuen Programme anzuwenden, sobald sie eingerichtet wurden.

Bei der ersten Auswahl erscheinen die Einstellungen des Programms ULTRAFAST. Wenn Sie eine beliebige Programmtaste im Feld PROGRAM SETTINGS drücken, erscheinen die Einstellungen des ausgewählten Programms. Wenn Sie z.B. die Programmtaste P1 für Programm 1 drücken , sehen Sie folgende Zeilen im Display:

```
                          NEUES PROGRAMM 1
2.0        3.0        75        300        0.5        MONO        45
```

Solange von Ihnen keine neuen Programme definiert wurden, enthalten die neuen Programme 1-10 dieselben Parameter und Impulseinstellungen wie die Ultratone Standardprogramme. Sobald Sie neue Programme erstellt haben, werden sie zur Anwendung installiert.

4. NEUE PROGRAMME erstellen

Mit den SCROLL UP/DOWN-Tasten und der SELECT-Taste wählen Sie die Option 4 „NEUE PROGRAMME erstellen“ aus dem Hauptmenü.

Um die Option 4 „NEUE PROGRAMME erstellen“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist:

```
> 4.  NEUE PROGRAMME erstellen                                   <
  5.  NEUE PROGRAMME zurücksetzen
```

Die Auswahl dieser Option ermöglicht es Ihnen, neue Programme zu erstellen, indem Sie die automatisch erzeugte Kopie eines bereits vorhandenen Ultratone-Standardprogramms verändern. Sie können einige oder alle 20 programmierbaren Einstellungen eines jeden Standardprogramms verändern.

Wenn Sie diese Option mit der SELECT-Taste geöffnet haben, zeigt das Display folgendes an:

```
Wählen Sie ein PROGRAMM zur Änderung. Drücken Sie dazu eine geeignete PROGRAMM-Taste (1-10)
```

Um ein Programm auszuwählen, drücken Sie eine der PROGRAMM-Tasten (1-10).

Es erscheint die erste Einstellung des ausgewählten Programms zusammen mit einer Anweisung in der ersten Zeile, die SCROLL-Tasten zur Änderung der Einstellungen zu verwenden. Wenn Sie z.B. Programm 1 gewählt haben, zeigt das Display die Einstellungsparameter von Programm 1, Einstellung 1 (von insgesamt 20) an:

```
Verwenden Sie SCROLL UP / DN zur Veränderung der Einstellungen
2.0        3.0        75        300        0.5        MONO        4
```

Die Einstellungen für jeden Parameter werden mit den UP- und DOWN-Tasten vorgenommen, wie es auf den Seiten 7-8 dieses Handbuches beschrieben ist.

Wenn die Parameter für diese Einstellung korrekt sind, drücken Sie die SCROLL UP-Taste. Auf dem Display sehen Sie jetzt die Parameter der nächsten Einstellung, wenn Sie vorher z.B. die Einstellung 1 bearbeitet haben:

EINSTELLUNG: 2						
3.0	4.0	75	300	0.6	MONO	2

Mit den SCROLL UP- und SCROLL DOWN-Tasten können Sie sowohl die zu verändernde Einstellung auswählen, als auch zwischen den Einstellungen hin- und herblättern. (Weiteres entnehmen Sie bitte der wichtigen Bemerkung weiter unten.)

Nach der Änderung der Einstellungen können Sie das Programm für eine zukünftige Anwendung mit einem Druck auf die SELECT-Taste speichern.

Beachten Sie: Die Nummerierung der Einstellungen geht von 1 – 20. Ein Programm kann bis zu 20 verschiedene Einstellungen haben.

Die Anzahl der Einstellungen für ein neues Programm ist festgelegt durch die Einstellungsnummer, die angezeigt wird, wenn die SELECT-Taste gedrückt wird. Wenn Sie z.B. ein neues Programm mit 5 Einstellungen einrichten wollen, drücken Sie zum Speichern der Einstellungen des neuen Programms die SELECT-Taste, wenn die Einstellung 5 auf dem Display angezeigt wird und die Parameter fertig eingestellt sind:

EINSTELLUNG: 5						
3.0	4.0	60	300	0.5	MONO	1

Nach dem Drücken der SELECT-Taste müssen Sie mit den TIMER UP- und TIMER DOWN-Tasten noch die Gesamt-Behandlungszeit für das neue Programm einstellen. Hier können Sie jede Zeit von 1 bis 120 Minuten einstellen. Die zunächst angezeigte Standardzeit besteht aus der Summe der Zeiten für jede Einstellung plus 2 Minuten für die WARM DOWN-Phase jeden Programms.
Für des Beispiel oben sieht des Display so aus:

Stellen Sie jetzt die Gesamt-Behandlungszeit ein	12

Wenn Sie eine andere Gesamt-Behandlungszeit als die Standard-Behandlungszeit einstellen wollen, denken Sie daran, die 2-minütige WARM DOWN-Phase zu berücksichtigen.

Wenn Sie eine Gesamt-Behandlungszeit von weniger als 3 Minuten einstellen, wird das Programm ohne die Parameter der WARM DOWN-Phase ablaufen.

Wenn Sie die gewünschte Gesamt-Behandlungszeit eingestellt haben, drücken Sie die SELECT-Taste, um das Programm zu speichern. Im Display erscheint nach dem Speichern wieder das ULTRAFAST-Programm.

Wenn Sie sich in einem neuen Programm befinden, ist der Bereich „NEUES PROGRAMM“ automatisch ausgewählt, bis Sie mit der Scrollfunktion des Menüs für fortgeschrittene Anwender wieder ein Ultratone-Programm auswählen.

Wenn Sie neue Programme gespeichert haben, haben Sie als fortgeschrittener Anwender Auswahlmöglichkeiten aus bis zu 51 Programmen: 11 Ultratone-Programme, 30 Multi-Mode-Programme und 10 neue Programme.

5. NEUE PROGRAMME zurücksetzen

Jederzeit können die neuen Programme wieder in den Original-Standardzustand zurückgesetzt werden. Um die Option 5 „NEUE PROGRAMME zurücksetzen“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist:

> 5. NEUE PROGRAMME zurücksetzen	<
6. MICRO PULSE	

Das Super PRO 20 wird dann folgende Frage stellen:

EINSTELLUNGEN ZURÜCKSETZEN - SIND SIE SICHER? NEIN

Mit der Auswahl „NEIN“ verlassen Sie die Einstellungen NEUE PROGRAMME ohne Änderungen.
Mit der Auswahl „Ja“ setzen Sie alle neuen Programme 1-10 zurück zu den Ultratone-Standardeinstellungen. Um „Ja“ auszuwählen, scrollen Sie mit der > Taste dorthin und drücken dann die SELECT-Taste.
Wenn die im batteriebetriebenen Speicher abgelegten neuen Programme defekt sein sollten, setzt das Gerät die neuen Programme automatisch in den Ultratone-Standard zurück. Das Super PRO 20 testet jedesmal beim Einschalten diesen Speicher. Wenn es einen Fehler findet, erscheint folgende Meldung auf dem Display:

ANWENDERPROGRAMME SIND DEFEKT, SIE WERDEN ZURÜCKGESETZT, DRÜCKEN SIE EINE BELIEBIGE TASTE ZUR FORTSETZUNG

Beachten Sie bitte: Das Super PRO 20 sollte während der Programmierung der Einstellungen der neuen Programme nicht ausgeschaltet werden, weil diese dadurch zerstört und bei einem Neustart des Gerätes zurückgesetzt werden.

6. MICRO PULSE

Der besondere Ultratone MICRO-PULS (manchmal auch Micro-Wechselstrom genannt) kann für eine weitergehende Personalisierung der Art einer Behandlung hinzugefügt oder weggelassen werden. Diese Option überschreibt die Einstellungen des Micro-Puls, die mit jedem Programm verknüpft sind, und kann folgendermassen geändert werden:

6.1 Wählen Sie ein NEUES oder ein Ultratone Standardprogramm mit einer der Programmtasten P1-10 oder belassen Sie das ULTRAFAST-Programm, das beim Einschalten automatisch erscheint.

6.2 Um die Option 6 „MICRO-PULSE“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist. Auf dem Display sehen Sie ein zusätzliches Submenü:

> 6. MICRO PULSE < AN

6.3 Mit den SCROLL-UP- und SCROLL-DOWN-Tasten wählen Sie MICRO-PULS AN oder MICRO-PULS AUS.

6.4 Drücken Sie die SELECT-Taste, um Ihre MICRO-PULSE-Auswahl zu bestätigen.

6.5 Das Super PRO 20 kehrt dann zurück zum vorher ausgewählten Programm, das gleich gestartet werden kann. Wenn aus irgendwelchen Gründen die Programmauswahl zu einem anderen Programm (einschliesslich des standardmässigen ULTRAFAST-Programms) geändert wird, bevor das zuvor ausgewählte Programm gestartet wurde, wird die Überschreibung rückgängig gemacht und die MICRO-PULSE-Einstellung, die vorher für dieses Programm standardmässig eingestellt war, wieder aktiviert.

7. TENS

Für das aktuell laufende Programm kann ein HOCH- oder NIEDER-frequenter TENS-Impuls ausgewählt werden. Diese Option überschreibt die Einstellungen des TENS, die mit jedem Programm verknüpft sind, und kann folgendermassen geändert werden:

7.1 Wählen Sie ein NEUES oder ein Ultratone Standardprogramm mit einer der Programmtasten P1-10 oder belassen Sie das ULTRAFAST-Programm, das beim Einschalten automatisch erscheint.

7.2 Um die Option 7 „TENS“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist. Auf dem Display sehen Sie ein zusätzliches Submenü:

> 7. TENS < AUS

7.3 Mit den SCROLL-UP- und SCROLL-DOWN-Tasten wählen Sie AUS, LO-FREQUENZ oder HI-FREQUENZ.

7.4 Drücken Sie die SELECT-Taste, um Ihre TENS-Auswahl zu bestätigen.
7.5 Das Super PRO 20 kehrt dann zurück zum vorher ausgewählten Programm, das gleich gestartet werden kann. Wenn aus irgendwelchen Gründen die Programmauswahl zu einem anderen Programm (einschliesslich des standardmässigen ULTRAFAST-Programms) geändert wird, bevor das zuvor ausgewählte Programm gestartet wurde, wird die Überschreibung rückgängig gemacht und die TENS-Einstellung, die vorher für dieses Programm standardmässig eingestellt war, wieder aktiviert.

8. GESAMT-BETRIEBSSTUNDENANZEIGE

Diese Option zeigt die Gesamtzeit in Stunden und Minuten, in der das Super PRO 20 Behandlungen ausgeführt hat. Um die Option 8 „GESAMT-BETRIEBSSTUNDENANZEIGE“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist:

```
> 8.  GESAMT-BETRIEBSSTUNDENANZEIGE                    <
  9.  DATUM und UHRZEIT einstellen
```

Auf dem Display erscheint folgende Anzeige:

```
GESAMT-BEHANDLUNGSZEIT                    00100 STD 45 MIN
```

9. DATUM und UHRZEIT einstellen

Mit dieser Option können Sie die Uhr des SuperPRO 20 einstellen. Um die Option 9 „DATUM und UHRZEIT einstellen“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist:

```
> 9.  DATUM und UHRZEIT einstellen                     <
  10. Auswahl des AUSGANGS-MODUS
```

Auf dem Display erscheint folgende Anzeige:

```
VERWENDEN SIE DIE TASTEN TIMER, SCROLL und SELECT
01/12/99        11:34
```

Im Beispiel oben steht „01“ für den Tag, „12“ für den Monat, „99“ für das Jahr, „11“ ist die Stunde und „34“ sind die Minuten. Der blinkende Cursor steht anfänglich auf Anzeige für den Tag,der „01“. Diese Zahl wird mit den TIMER UP- und TIMER DOWN-Tasten geändert.
Mit den SCROLL UP- und SCROLL DOWN-Tasten bewegen Sie den Cursor zur nächsten Einstellung, die Sie dann wieder mit den TIMER UP- und TIMER DOWN-Tasten ändern. Wenn das Datum korrekt eingestellt ist, drücken Sie die SELECT-Taste, um die Uhrzeit einzustellen. Das Display zeigt z.B. folgendes:

```
VERWENDEN SIE DIE TASTEN TIMER, SCROLL und SELECT
DATUM = 01/12/99     UHRZEIT = 11:34
```

Durch Drücken einer beliebigen Taste bestätigen Sie die Einstellung und das Gerät zeigt für ein paar Sekunden folgendes auf dem Display. Danach ist die neue Einstellung gespeichert.

```
DIE UHR WIRD EINGESTELLT        BITTE WARTEN
```

Danach ist die neue Einstellung gespeichert.

10. Auswahl des AUSGANGS-MODUS

Um die Option 10 „Auswahl des AUSGANGS-MODUS“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist.

```
> 10.  Auswahl des AUSGANGS-MODUS                    <
  11.  SPRACHAUSWAHL
```

Diese Option verfügt über ein Sub-Menü mit drei Optionen:
„GLEICHZEITIGE AUSGÄNGE“, „AUSGÄNGE WECHSELN“ und „ÄNDERN AUSGANGSGRUPPEN“.

Option: GLEICHZEITIGE AUSGÄNGE

Diese Option stellt den Arbeitsmodus des Super PRO 20 auf den normalen Arbeitsmodus ein, bei dem alle Ausgänge gleichzeitig aktiviert sind. Eine Auswahl dieser Option betrifft alle Programme einschliesslich des ULTRAFAST-Programms und ist bis zum Ausschalten des Gerätes aktiv oder bis die Option „AUSGÄNGE WECHSELN“ aktiviert wird.

Die Option „GLEICHZEITIGE AUSGÄNGE“ ist die Standardeinstellung, wenn das Super PRO 20 eingeschaltet wird.

Option: AUSGÄNGE WECHSELN

Diese Option stellt den Arbeitsmodus des Super PRO 20 auf den Arbeitsmodus „AUSGÄNGE WECHSELN“ ein, bei dem die eingestellten Ausgangsgruppen nacheinander aktiviert werden.

Mit der nachfolgend beschriebenen Option „ÄNDERN AUSGANGSGRUPPEN“ können Sie bis zu 3 Ausgangsgruppen A-C definieren.

Eine Auswahl dieser Option betrifft alle Programme einschliesslich des ULTRAFAST-Programms und ist bis zum Ausschalten des Gerätes aktiv oder bis die Option „GLEICHZEITIGE AUSGÄNGE“ aktiviert wird.

Die Bezeichnung der Standard-Ausgangsgruppen, die beim Einschalten des Gerätes verfügbar sind, lauten folgendermassen:

Gruppe A: Ausgänge 1-5
Gruppe B: Ausgänge 5-10
Gruppe C: keine Ausgänge definiert

Option: AUSGANGSGRUPPEN ÄNDERN

Mit dieser Option können Sie die Ausgangsgruppen A-C für die Anwendung mit den Einstellungen der Option „AUSGÄNGE WECHSELN“ definieren.

Nach der Auswahl dieser Option zeigt das Display folgende Anzeige:

```
GRUPPE - A          *  *  *  *  *  -  -  -  -  -
```

```
AUSGÄNGE            1  2  3  4  5  6  7  8  9 10
                    ◄──────────►  ◄──────────►
                      Aktive       nicht aktive Ausgänge
```

Aktuell aktive Ausgänge sind mit einem Stern „* “ , aktuell nicht aktive Ausgänge sind mit einem Strich „ - “ markiert.

Mit dem Drücken einer Programmtaste P 1-10 können Sie die einzelnen Ausgänge auswählen.

Mit den SCROLL UP- und SCROLL DOWN-Tasten können Sie die einzelnen Ausgangsgruppen durch Vor-/Zurückblättern auswählen.

Die Anzahl der Ausgangsgruppen, die Sie definieren können, wird von der Position der letzten Ausgangsgruppe bestimmt, deren Ausgänge aktiviert sind. So ist in der nachfolgenden Darstellung der Standard-Ausgangsgruppen diese Anzahl 2.

GRUPPE - A	* * * * * - - - - -
AUSGÄNGE	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
GRUPPE - B	- - - - - * * * * *
AUSGÄNGE	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
GRUPPE - C	- - - - - - - - - -
AUSGÄNGE	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nachfolgend ein gültiges Beispiel einer Ausgangsgruppen-Auswahl:

Gruppe A	- - - - - - - - - -
Ausgänge	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Gruppe B	* * * - - * * * * *
Ausgänge	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Gruppe C	- * * * - - - * - -
Ausgänge	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

In diesem Beispiel beträgt die Gesamtzahl der definierten Ausgangsgruppen 3. Sie sehen hier, wie für verschiedene Ausgangsgruppen die gleichen Ausgänge aktiviert werden können.

Beachten Sie: An nicht-aktivierten Ausgängen ist zwar kein Kontraktionsimpuls, dafür aber das TENS-Signal verfügbar, wenn Sie HIGH oder LOW-TENS aktiviert haben.

11. SPRACHAUSWAHL

Um die Option 11 „SPRACHAUSWAHL“ zu öffnen, drücken Sie die SELECT-Taste, wenn die Option in der oberen Zeile steht und durch die Pfeilsymbole markiert ist.

> 11. SPRACHAUSWAHL <

Mit dieser Option wählen Sie die Sprache, in der alle Informationen auf dem Display angezeigt werden.

FEHLERMELDUNGEN

MELDUNG	GRUND
Impulse pro Sekunde bei MAXIMUM	Bei dem Versuch, den Wert zu hoch einzustellen
Impulse pro Sekunde bei MINIMUM	Bei d. Versuch, den Wert zu niedrig einzustellen
Impulsbreite bei MAXIMUM	Wie oben
Impulsbreite bei MINIMUM	Wie oben
Zum Programmwechsel erst STOP drücken	Versuchter Programmwechsel während einer Behandlung
Behandlung LÄUFT schon	Bei erneutem Drücken der START-Taste
Behandlung schon ABGEBROCHEN	Bei erneutem Drücken der STOP-Taste
ALLE INTENSITÄTSREGLER AUSSCHALTEN	Sicherheitsstart-Warnung
ZUM SCROLL-MENÜ ERST STOP DRÜCKEN	Bei dem Versuch, während einer Behandlung in das Menü für fortgeschr. Anwender zu gelangen
BATTERIE LADEN	Batterie entladen. Sofort Ladegerät einstecken

FEHLERMELDUNGEN BEIM SYSTEMSTART

Bei Erscheinen einer dieser Meldungen kontaktieren Sie Ihren örtlichen Ultratone-Händler.

ANWENDERPROGRAMME SIND DEFEKT, SIE WERDEN ZURÜCKGESETZT,
DRÜCKEN SIE EINE BELIEBIGE TASTE ZUR FORTSETZUNG

Systemfehler. Wenn diese Meldung immer wieder kommt, kontaktieren Sie Ihren örtlichen Ultratone-Händler.

DIE BATTERIE MUSS JETZT GELADEN WERDEN
DAS GERÄT FUNKTIONIERT ERST WIEDER NACH DEM LADEN DER BATTERIE

Die Batterie wurde nicht geladen. Schliessen Sie den Netzadapter an und laden die Batterie, bis die „Batterie niedrig“-Kontrollleuchte ausgeht (Ladedauer etwa 6-8 Stunden). Während des Ladevorgangs können Sie das Gerät sicher für Behandlungen verwenden.

SPEICHERTEST-FEHLER BEI > XXXX	Interner Speicherfehler. Kontaktieren Sie Ihren örtlichen Ultratone-Händler.

SCHRITT-FÜR-SCHRITT BEHANDLUNGSABLAUF

EINRICHTUNG DER BEHANDLUNGSKABINE

*Die Behandlungskabine sollte gut temperiert, ruhig und vertraulich sein.
*Die Behandlungsliege sollte komfortabel gepolstert, mit einem kleinen und zwei grossen Kissen und einer weichenDecke ausgestattet, sowie mit auswechselbarem Hygienepapier bedeckt sein.
*Die Gurte für die Pads sollten leicht zugänglich an der Rückseite des Super-PRO 20-Gerätewagens oder an der Wand hängen.
*Stellen Sie eine Schüssel mit heissem Wasser zusammen mit einem sauberen Handtuch auf einen Rollwagen zwischen das Gerät und die Behandlungsliege. (Wasserspritzer könnten das Gerät beschädigen.)
*Die Kabel des Super PRO 20 sollten in farbigen Paaren angeschlossen werden: 2 rosafarbene, dann 2 weisse, dann die grünen etc. Es ist unbedeutend, mit welcher Farbe Sie beginnen, da alle Kabel das Signal in gleicher Weise übertragen.

VOR BEGINN DER BEHANDLUNG

1. Besprechen sie die Bereiche, die der Kunde behandelt haben will. Füllen Sie das Ultratone-Kundendatenblatt aus (Ein Beispiel finden Sie auf S.23). Die Kontraindikationen und Vorsichtsmassnahmen (S.22) sollten auf die Rückseite dieses Datenblattes kopiert werden. Alle Kunden müssen dieses Datenblatt ausfüllen und die Rückseite mit den Kontraindikationen und Vorsichtsmassnahmen lesen, bevor Sie für eine Serie von Ultratone-Behandlungen unterschreiben.

2. Bitten Sie den Kunden, sich bis auf die Unterwäsche/ Büstenhalter/ Shorts zu entkleiden. Stellen Sie zur Kleiderablage eine kleine saubere Garderobe bereit, damit sich der Kunde beim Ausziehen nicht unwohl fühlt.

3. Während der Kunde sich auszieht, füllen Sie die Schüssel mit heissem Wasser und wässern die Pads. Es macht nichts, wenn dabei auch die Kabelenden nass werden.

4. Wenn Sie den Eindruck haben, es sei sinnvoll, messen Sie Ihren Kunden und tragen Sie die Werte in die Kunden-Messwerte-Karte ein.

5. Wenn der Kunde dann vor Ihnen steht, schnallen Sie Ihm die Gurte in den Bereichen um, die behandelt werden sollen.

6. Wählen Sie das korrekte Pad-Layout aus den Ultratone-Vorlagen für ausgewählte Bereiche oder eine Ganzkörperbehandlung aus, oder entwickeln Sie Ihr eigenes Pad-Layout für besondere Problemzonen.

7. Wenn das Gesäss oder die Körperrückseite behandelt werden sollen, nehmen Sie den ersten Satz der Pads aus dem heissen Wasser, plazieren Sie sie in der richtigen Position und achten darauf, diese mit der schwarzen Siliconseite zur Haut hin anzubringen.

8. Auch können Sie jetzt ein wenig leitfähigen Gels auf den Pads verteilen (Ultratone Fermatone, Slimming & AntiCellulite oder Powertone). Das Kontaktgel hält die Pads feucht, und Sie können sie leicht in die Position für den optimalen Kontakt und Signaldurchgang verschieben.

9. Bitten Sie Ihren Kunden, sich auf die Behandlungsliege zu legen, Kopf und Schultern auf den grossen Kissen, und legen Sie eine Decke leicht über die Füsse und Beine. Kontrollieren Sie dann nochmals besonders den Sitz der Pads auf Gesäss und Rücken, ob sie noch in der richtigen Position sind und korrigieren Sie notfalls. Stellen Sie sicher, dass im Lendenbereich ein Polster liegt (Sie können ein kleines Kissen in den hohlen Bereich unter den Rücken legen). Der Kunde sollte die Raumtemperatur jederzeit als angenehm empfinden, weil das den Blutkreislauf unterstützt und eine sanfte Muskelaktivität hervorruft.

10. Dann nehmen Sie das nächste Padpaar aus dem heissen Wasser, das Sie wieder mit einem Kontaktgel (s.o.) bestreichen können. Lassen Sie die Pads unter die Gurte gleiten. Beginnen Sie an der entferntesten Stelle des Körpers und gehen von dort aus zum Kopf hin. Dadurch vermeiden Sie ein Durcheinander der Kabel.

11. Wenn alle Pads an Ihrem Platz sind, drehen Sie den Master-Output-Regler zur Hälfte auf.

12. Wählen Sie ein geeignetes Programm aus dem Programm-Bereich oder stellen Sie eine manuelle Behandlung ein (Manuelle Einstellungen S. 7-8).

13. Stellen Sie alle Intensitätsregler auf „ **2** “, dann regeln Sie die Intensitätsregler für die ersten beiden Padpaare langsam höher, indem Sie während der Pause zwischen zwei Kontraktionsphasen das Höherregeln unterbrechen. Bitten Sie den Kunden um eine Mitteilung, wenn er das erste leichte Prickeln spürt.

14. Wenn der Kunde diese erste leichte Wahrnehmung äussert, notieren Sie die Werte der Intensitätsregler auf dem Kundendatenblatt. Nennen Sie es Stimulierungs-Level.

15. Dann drehen Sie auch die übrigen Intensitätsregler auf diesen sanften Stimulierungs-Level. Bei den späteren Behandlungen können Sie dann schnell diesen Level einstellen und sparen so ein wenig Zeit.

16. Jetzt drehen Sie alle Intensitätsregler paarweise hoch, bis die gewünschte Stimulierung zu sehen oder zu fühlen ist (Weitere Einzelheiten hierzu finden Sie bei den Programmbeschreibungen und der Beschreibung des Gerätebetriebes). **Achten Sie auf eine ausbalancierte Stimulierung.** Allgemein werden Sie bemerken, wie eine Seite des Körpers oder ein Behandlungsbereich eine stärkere Stimulierung erfordert. Das ist völlig normal, und deswegen gibt es auch für jeden Behandlungsbereich gesonderte Intensitätsregler.

17. Gelegentlich wird es nötig sein, die Pads leicht zu verschieben, um die Qualität der Kontraktion und damit den Komfort der Behandlung zu verbessern. Notfalls sollten Sie die Pads erneut wässern.

18. Wenn der Kunde die Stimulierung als ausbalanciert, entsprechend kräftig und komfortabel empfindet, drücken Sie die START-Taste. Das zeitlich festgelegte physiosequentielle Ultrawave-Ultratone-Programm fängt an, durch seine besonders ausgewählten Behandlungen zu kreisen, einschliesslich eines sanften 2-minütigen Warm-Down-Modus am Ende jeden Programms.

19. Zeigen Sie dem Kunden, wie er mit dem Master-Output-Regler, der extra für diesen Zweck entwickelt wurde, den Stimulierungslevel und damit die Stärke der Behandlung, total sicher selbst einstellen kann. Bieten Sie Ihm eine Auswahl von Zeitschriften an.

20. Etwa alle 15 Minuten kehren Sie zum Kunden zurück, um sich zu vergewissern, dass die Behandlung ausbalanciert und komfortabel ist. Notfalls korrigieren Sie mit den individuellen Intensitätsreglern.

AM ENDE DER BEHANDLUNG

21. Am Ende der Behandlung stoppt das Super PRO 20 automatisch. Sie drehen alle Intensitätsregler schnell auf „ **0** „, lösen alle Gurte, entfernen paarweise alle Pads in umgekehrter Reihenfolge wie beim Anlegen und stecken sie zurück in die Halterungen. Mit dem Handtuch trocknen Sie feuchte Bereiche oder massieren Reste des Gels in die Haut. Manchmal fühlen sich ältere Kunden ein wenig schwindelig, wenn sie sich zu schnell hinsetzen oder aufstehen. Bleiben Sie also in der Nähe, um notfalls helfen zu können.

22. Falls gewünscht, messen Sie ihren Kunden wieder und besprechen Sie den Behandlungsfortschritt oder eventuelle Änderungen. Verwenden Sie positiv verstärkende Formulierungen. Wenn Sie ein Ernährungsprogramm anbieten, besprechen Sie Essgewohnheiten und Ernährungserfordernisse. Besprechen Sie die Ziele und ändern Sie die Ernährung, falls nötig.

23. Bewahren Sie aktuelle Aufnahmen des Kunden auf, einschliesslich eines Datenblattes mit einer eidesstattlichen medizinischen Erklärung sowie der erfolgten Behandlung mit dem persönlichen Padlayout und Notizen zu Kundenbemerkungen und Zahlungsweise.

24. Bestätigen Sie den nächsten Behandlungstermin. Die Bezahlung sollte immer am Anfang der Behandlung stattfinden. Machen Sie den Kunden auf Ihre weiteren Dienstleistungsangebote oder Sonderangebote, z.B. kostenlose Behandlungen, wenn er einen neuen Kunden gewinnt, aufmerksam. Bieten Sie Ultratone-Cremes und Gels zum Kauf an.

KONTRAINDIKATIONEN UND VORSICHTSMASSNAHMEN

Ultratone-Behandlungen sind für die meisten gesunden Menschen geeignet, sollten aber in folgenden Fällen unterbleiben:

wenn Herzschrittmacher implantiert sind.
wenn Epilepsie vorliegt oder der Verdacht besteht.
wenn eine Schwangerschaft schon länger als 6 Wochen besteht.
über herausragenden Muttermalen und Leberflecken.
bei Vorliegen von Thrombose oder Phlebitis.
über offenen Wunden, ausser bei ärztlicher Überwachung.
bei sicher erkanntem Krebs.
bei nicht-diagnostizierten Schmerzen.
wenn Muskelkontraktionen den Heilungsprozess unterbrechen.
wenn ein normales Training nicht anzuraten ist.
Bei Herzkrankheiten sollte Ultratone nicht am Oberkörper angewandt werden: das ist der obere Bauchbereich, die Brust, Arme und Rücken.
Im Brustbereich, wenn Silicon-Implantate vorhanden sind.

MEDIZINISCHE INDIKATIONEN

Es gibt viele medizinische Situationen, bei denen eine Ultratonestimulierung eine Linderung bringen kann: Muskelwiedererziehung, Aktivierung des Lymphsystems, Reduzierung von Ödemen, Entspannung bei Muskelspasmen, Vorbeugung oder Aufhalten von Atrophie durch Nichtgebrauch der Muskeln, Steigerung der lokalen Blutzirkulation, Stimulierung der Wadenmuskeln zur Verhinderung von Thrombosen direkt nach operativen Eingriffen, Kapillarisierung, Linderung bei Lähmungen, und bei Erhaltung und Erweiterung des Bewegungsbereichs.

WEITERE MEDIZINISCHE ANWENDUNGEN

In verschiedenen Krankenhäusern und Forschungszentren werden Ultratone-Geräte angewandt und es finden laufende Untersuchungen zur Verbesserung der Anwendungen der Elektrotherapie statt. Die UK Multiple Sclerosis Association stellt freundlicherweise eine Liste von Physiotherapeuten bereit, die Ultratone-Geräte für die Rehabilitierung einsetzen, und das Wessex Neurological Center am Krankenhaus in Southampton verwendet Ultratone-Futura-Geräte zur Therapie von Gesichtslähmungen.

ALLGEMEINE VORSICHTSMASSNAHMEN

- Bewahren Sie Ihre Ultratone-Ausrüstung ausserhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Rauchen Sie nicht während einer Ultratone-Behandlung.
- Während einer Futura-Plus-Session können Sie trinken, sollten aber nichts essen, da die intensive Art der Behandlung Verdauungsstörungen verursachen könnte.
- Ultratone sollte nicht angewandt werden beim Steuern eines Fahrzeugs, der Bedienung von Maschinen oder während einer Tätigkeit, bei der unwillkürliche Muskelkontraktionen gefährlich werden können.
- Jugendliche vor der Pubertät sollten Ultratone nicht anwenden, es sei denn, es ist medizinisch angeraten.
- Bei starker Menstruation kann eine Ultratonestimulierung den Blutfluss steigern. Sie sollten deshalb in dieser Zeit ein Anlegen von Pads im Bauchbereich vermeiden.

WARNUNGEN

- Verwenden Sie nur die in diesem Handbuch angezeigten Padlayouts.
- Plazieren Sie keine Pads auf der Schädeldecke.
- Verwenden Sie nur von Ultratone geprüfte Pads und Kabel.
- Ein nicht geprüftes Netzteil kann die Sicherheit des Anwenders schädigen.
- Ultratone sollte nicht zusammen mit Hochfrequenz-Geräten am Körper angewendet werden, und die Ultratone-Geräte sollten nicht in einer Entfernung von weniger als 1 Meter von hohe Energie ausstrahlenden Geräten betrieben werden, z.B. Kurzwellen-Therapiegeräte. Bei gewissen elektromagnetischen Bedingungen, z.B. in unmittelbarer Nähe eines Mobiltelefons, kann sich das Super PRO 20 in den Sicherheits-Start-Modus zurücksetzen. Entfernen Sie in diesem Falle das Mobiltelefon, schalten Ihr Super PRO 20 aus und starten es wieder neu.

ULTRATONE KUNDEN DATENBLATT

Name Tel

Adresse

PLZ

Anzahl gebuchter Behandlungen Datum 1. Behandlung

Geburtsdatum Geschlecht Grösse

Beruf

Welches sportliche Training betreiben Sie?

Bei Frauen: Wieviele Kinder haben Sie? Alter des jüngsten Kindes:

Welche Bereiche Ihres Körpers wollen Sie straffen und formen?

An welchen aktuellen gesundheitlichen Beschwerden leiden Sie?

Sind Sie zur Zeit bei einem Arzt in Behandlung und weshalb?

Welche verschreibungspflichtigen Medikamente nehmen Sie derzeit ein?

Wenn Sie an Rückenschmerzen leiden, beschreiben Sie diese genauer:

Mit Ihrer Unterschrift erklären Sie, dass Sie diesen Fragebogen gelesen und verstanden und von den Kontraindikationen Kenntnis erhalten haben.

Datum Unterschrift

ULTRATONE-PROGRAMM ABNEHMEN

Name Telefon

Geburtsdatum Geschlecht

Haben Sie in den letzten 12 Monaten eine Diät durchgeführt? (Bitte ankreuzen)

- Dauernd
- Gelegentlich
- Überhaupt nicht

Wie lange haben Sie eine Diät durchgeführt?

Geben Sie Ihr Höchstgewicht der letzten 12 Monate an:

Sind Sie Vegetarier? (ja / nein)

An welchen Allergien leiden Sie?

Körpergrösse	Aktuelles Gewicht	Zielgewicht

Start-Behandlung

Brust	Taille	Bauch	Hüfte	Oberschenkel	Unterschenkel

Datum Unterschrift

1. Woche

Brust	Taille	Bauch	Hüfte	Oberschenkel	Unterschenkel

Datum Unterschrift

2. Woche

Brust	Taille	Bauch	Hüfte	Oberschenkel	Unterschenkel

Datum Unterschrift

3. Woche

Brust	Taille	Bauch	Hüfte	Oberschenkel	Unterschenkel

Datum Unterschrift

4. Woche

Brust	Taille	Bauch	Hüfte	Oberschenkel	Unterschenkel

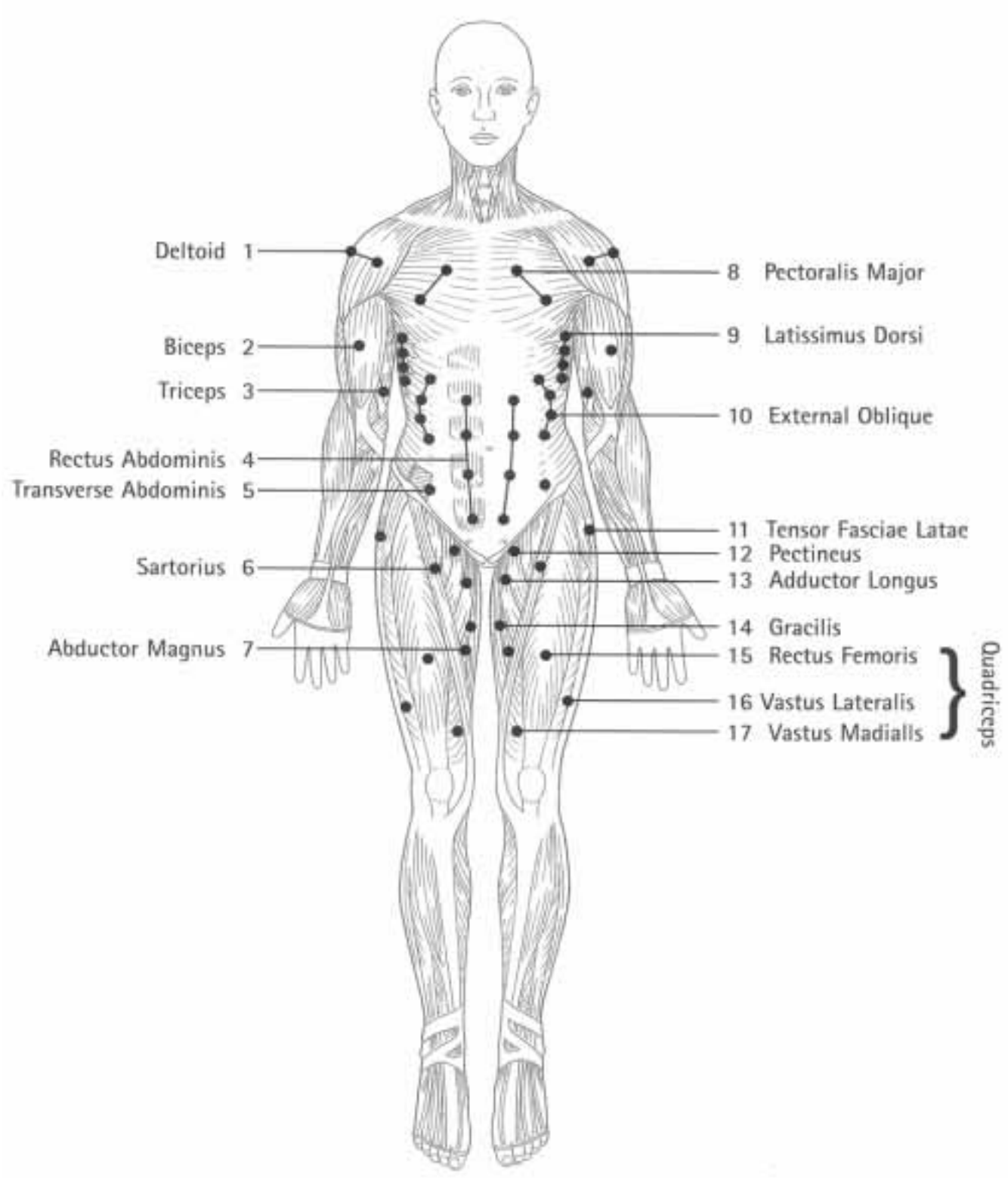
Datum Unterschrift

5. Woche

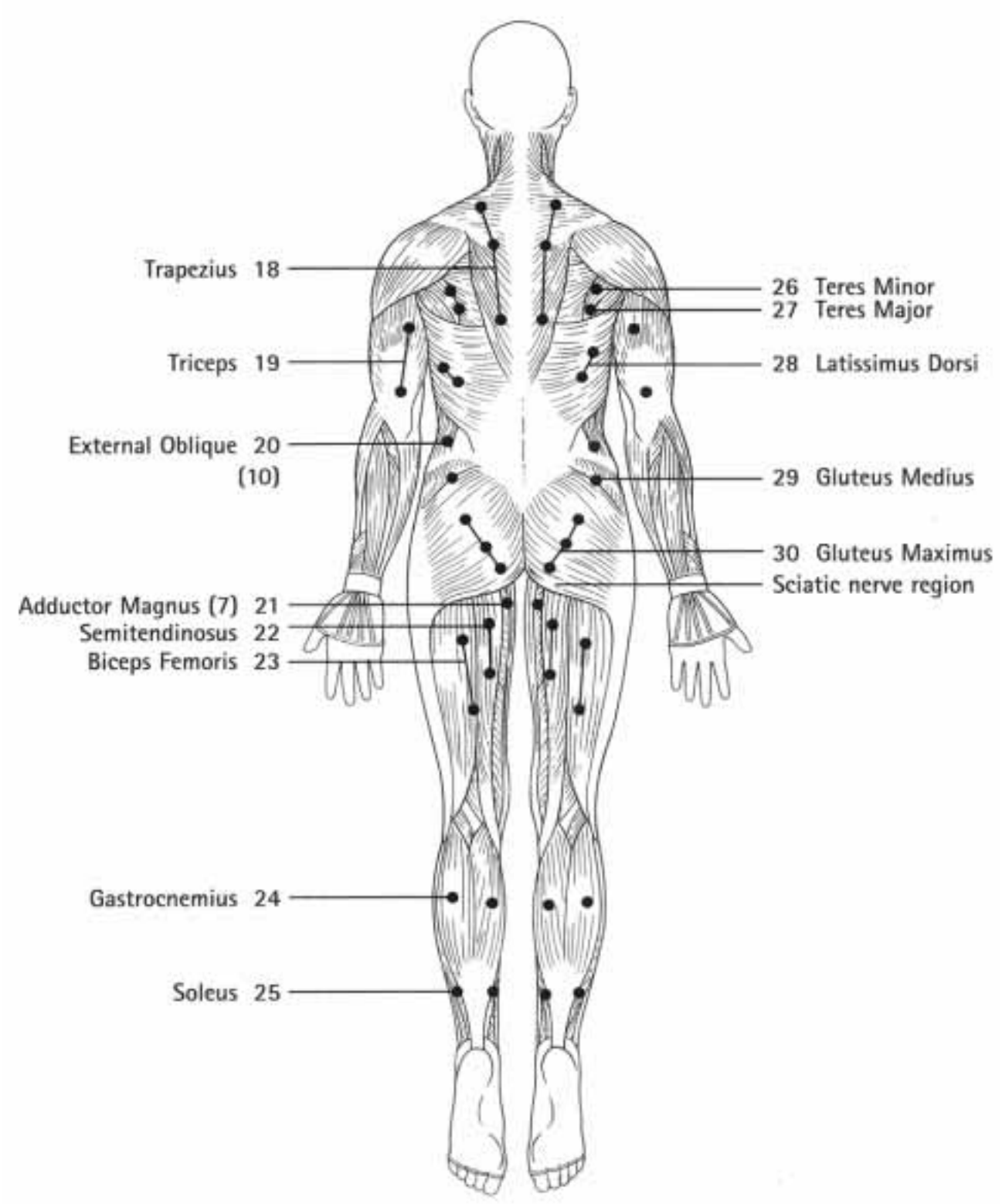
Brust	Taille	Bauch	Hüfte	Oberschenkel	Unterschenkel

Datum Unterschrift

SKELETTMUSKELN UND MOTORISCHE PUNKTE



SKELETTMUSKELN UND MOTORISCHE PUNKTE



SKELETTMUSKELN UND IHRE FUNKTIONEN

Stützung des Körpers

206 verschiedene Knochen stellen die Unterstützung und ermöglichen mit den damit verbundenen Muskeln die Bewegung des Körpers. Es sind dies die Skelettmuskeln, die wir bewusst betätigen, wenn wir trainieren und die mit der elektrischen Muskelstimulierung geformt und konditioniert werden können. Sie müssen gebraucht werden, wenn sie fit und gesund bleiben sollen, weil sie sehr schnell abbauen, wenn sie inaktiv sind.

Skelettmuskeln

Skelettmuskeln bestehen aus unterschiedlichen Anteilen roter und weisser Fasern. Muskeln mit einem grossen Anteil an roten Fasern werden als langsame Muskeln, Muskeln mit einem grossen Anteil an weissen Fasern werden als schnelle Muskeln bezeichnet.

Langsame Muskelfasern

Die langsamen Muskeln sind hauptsächlich für die Körperhaltung verantwortlich und halten einige grössere Organe an ihrem Platz. Obwohl sie teilweise nicht sehr stark sind, sind diese Muskeln sehr ermüdungsresistent und formen, wenn sie korrekt trainiert werden, die Konturen des Körpers. Sie balancieren die Haltung aus und modellieren die Silhouette des Körpers, indem sie die Muskeln ziehen und straffen, und reduzieren in einigen Fällen den Umfang von Hüfte, Taille und Schenkeln.

Schnelle Muskelfasern

Die schnellen, weissen Muskelfasern werden normalerweise gebraucht, wenn eine schnelle Bewegung oder eine besondere Kraftanstrengung gefordert sind. Ein grosser Anteil weisser Muskelfasern findet sich bei Athleten, die Sprint- oder Hochsprungrekorde halten, denn diese Sportarten fordern eine explosive Kraft für eine kurze Zeit. Die zügige Entwicklung der schnellen Muskeln mit Gewichten und Widerstandstraining führt zu einer Zunahme der Muskelmasse wie bei Gewichthebern.

Muskelermüdung

Eine Überarbeitung lässt die Muskeln sauer werden, weil sie mit mehr Giftstoffen angereichert werden, als der Körper abbbauen kann. Milchsäure, ein Hauptbestandteil der Muskelgiftstoffe, ist der Hauptgrund für Schmerzen und kann für akute Beschwerden nach einem exzessiven Training führen. Deshalb ist es lebensnotwendig, den Muskeln zwischen den Kontraktionen entsprechende Ruhepausen zu gönnen, um dem Körper zu ermöglichen, die Milchsäure und andere Giftstoffe auszuspülen.

Bei der Programmierung des Ultratone Super Pro 20 wurde besonders die Ermüdbarkeit der Muskeln berücksichtigt, die Ruhezeiten dauern geringfügig länger als die Kontraktionszeiten, um den Aufbau der Giftstoffe zu vermindern und ein hochkonzentriertes Training ohne unangenehme Begleiterscheinungen zu erreichen.

Bewegungspunkte

Bei eine bewussten Muskelkontraktion schickt das Gehirn ein Signal über die Nerven, sehr ähnlich einem elektrischen Impuls, und veranlasst dadurch die Muskelkontraktion. Wenn ein Muskel als Reaktion auf einen Nervenimpuls kontrahiert, kann er das genauso als Reaktion auf einen geeigneten elektrischen Impuls, der das Gehirn und das Nervensystem umgeht.

Den Punkt, an dem der Nerv sich mit dem Muskel verbindet, wird Bewegunspunkt genannt. Um eine gute elektronische Muskelstimulierung zu erreichen, ist es notwendig, die Elektroden, in diesem Falle die leitenden Gummiauflagen, über diesen Bewegungspunkten zu plazieren, wenn man ruhige und angenehme Kontraktionen erreichen will. Ein Schönheitstherapeut mit seiner ausgeprägten Kenntnis der Muskeln und Bewegungspunkte kann so vertrauensvoll seine Kunden behandeln und die besten Körperform-Resultate erreichen.

Auf den folgenden Seiten finden sie eine Auflistung der wichtigsten Skelettmuskeln mit einer Lage- und Funktionsbeschreibung. Die schraffierten Bereiche stellen die für eine Körperformung gebräuchlichsten Muskeln dar. Es ist sinvoll, die nachfolgenden Seiten sorgfältig zu studieren und sie als eine schnelle Referenz beim Prüfen der Pad-Layouts zu verwenden.

BESONDERE SKELETTMUSKELN UND IHRE FUNKTIONEN

Schlüsselnummer: Bezeichnung

A. Position
B. Richtung der Fasern
C. Funktion
D. Verbesserung der Figur

1) Deltoid

A. Formt die Wölbung der Schulter.
B. Senkrecht.
C. Hebt die Arme seitwärts und nach hinten und unterstützt den Pectoralis major, den Arm vorzuziehen.
D. Strafft und entspannt die Muskeln des Oberarms und der Schulter.

2) Bizeps

A. Vorderseite des Arms.
B. Senkrecht.
C. Zieht den Arm zusammen, beugt den Ellbogen, bewegt den Unterarm nach oben und unten.
D. Strafft die Muskeln des Oberarms.

3) &19) Trizeps

A. Rückseite des Oberarms.
B. Senkrecht.
C. Streckt den Arm und unterstützt die Unterseite des Schultergelenks.
D. Strafft die Muskeln des Unterarms.

4) Rectus Abdominus

A. Zentrum des Bauches.
B. Senkrecht.
C. Beugt den Rumpf nach vorn, unterstützt das Ausatmen und die Geburt.
D. Flacht den Bauchbereich ab, gut für Nachsorge.

5) Transversus Abdominus

A. Bauch.
B. Senkrecht.
C. Dasselbe wie bei den Schrägen.
D. Unterstützt die Straffung bei schwammigem Rumpf.

6) Sartorius

A. Vorderseite des Schenkels (auf dem Quadrizeps).
B. Diagonal.
C. Ermöglicht den Beinen seitliches drehen.
D. Strafft und stärkt die Vorderseite der Oberschenkel, Unterstützung bei der Straffung rund um das untere Knie.

7) &21) Adductor Magnus

A. Oberschenkel-Innenseite.
B. Diagonal und Senkrecht.
C. Bewegung des Beines zum Körper hin.
D. Strafft die Oberschenkel-Innenseite.

8) Pectoralis Major

A. Oberer Brustkorb.
E. Waagrecht.
F. Zieht den Arm nach vorn und zum Körper hin.
G. Unterstützt die Brust, hebt und verbessert die Brustlinie.

9) Latissimus dorsi

Siehe 28).

10) &20)External Oblique

A. Verlängerung der Seite von der Taille Richtung Rectus Abdominis 4).
B. Diagonal.
C. Zieht den Bauchbereich zusammen.
D. Hindert den Bauch am Vorquellen, unterstützt den Rücken, gibt der Taille ihre Silhouette.

11) Tensor Fasciae latae

A. Äusserer Oberschenkel.
B. Senkrecht.
C. Gehen und abducting.
D. Manchmal hilfreich beim Training des Gluteus Medius beim Reduzieren von schwammigen Schenkel-Aussenseiten.

ADDUCTOREN GRUPPE

12) Pectineus

13) Adductor Longus

14) Gracilis

A. Innerer Oberschenkel.
B. Diagonal und Senkrecht.
C. Bewegung des Beines zum Körper hin.
D. Strafft die Oberschenkel-Innenseite.

QUADRIZEPS GRUPPE

15) Rectus Femoris

16) Vastus Lateralis

17) Vastus Medialis

A. Oberschenkel Vorderseite unter dem Sartorius 6).
B. Diagonal.
C. Zum Gehen.
D. Formt die Oberschenkel insgesamt.

18) Trapezius

A. Flacher, dreieckiger Muskel, beginnt in der Mitte des Rückens und geht bis um Genick.
B. Waagrecht, senkrecht und diagonal.
C. Stabilisiert die Scapula und kontrolliert Position und Bewegung der oberen Gliedmassen.
D. Angewandt bei hängenden Schultern, Unterstützung bei der Erhaltung der Schulterhöhe und –haltung. Entspannt die Nackenmuskeln durch Spannungsverminderung.

19) Triceps

Siehe 3).

20) External Obliques

Siehe 10).

21) Adductor Magnus

Siehe 7).

KNIESEHEN-GRUPPE

22) Semitendinosus

23) Biceps femoris

A. Schenkel Rückseite.
B. Senkrecht.
C. Zieht den Rumpf nach hinten, wenn er sich nach dem Bücken aufgerichtet hat – Beugt das Knie.
D. Verbessern bei Frauen sehr gut ein breites Gesäss, wenn sie zusammen mit den Gluteus-Muskeln trainiert werden.

24) Gastrocnemius

A. Wadenbereich.
B. Senkrecht.
C. Beugt das Knie und hebt die Ferse. Treibende Kraft beim Rennen, Springen etc.
D. Strafft den Wadenbereich.

25) Soleus

A. Unterer Wadenbereich, unter dem Gastrocnemius.
B. Senkrecht.
C. Haltungsfunktion zur Stabilisierung beim Stehen.
D. Verschlankt dicke Knöchel.

26) Teres Minor

27) Teres Major

A. An der Schulter.
B. Waagrecht.
C. Haltungsfunktion zur Stabilisierung beim Stehen.
D. Unterstützt das Schulterzucken.

28) Latissimus Dorsi

A. Erstreckt sich unterhalb des Trapezius von der Rückenmitte zu den Rippen.
B. Diagonal und waagrecht.
C. Kontrolliert die Bewegungen des Armes durch Hebung des Brustkorbes.
D. Unterstützt hängende Brüste und schlaffe Armbereiche.

29) Gluteus Medius

A. Über dem Gluteus Maximus.
B. Senkrecht.
C. Wie Gluteus Maximus.
D. Unterstützt das Straffen der Hüfte und das Reduzieren von Fettpolstern. Sehr gute Ergebnisse werden erzielt bei gleichzeitiger Straffung der Oberschenkel.

30) Gluteus Maximus

A. Gesäss.
B. Diagonal.
C. Unterstützt und balanciert den Oberkörper und hindert ihn, nach vorne zu kippen.
D. Zieht ein hängendes Gesäss nach oben und strafft die Hüfte.

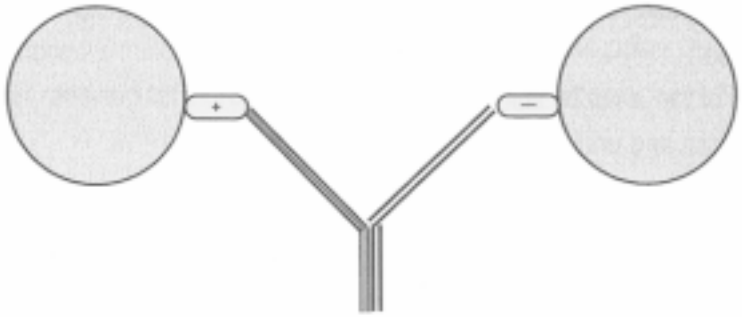
ULTRATONE PAD-LAYOUTS & PROGRAMME

Die Pad-Layouts auf den nachfolgenden Seiten wurden besonders dafür entwickelt, um die maximalen Vorteile für das Training spezieller Muskelgruppen mit dem Ultratone Super PRO 20 zu erreichen. Unterschiedliche Rahmengrössen (der Padsymbole: Anmerkung des Übersetzers) können es nötig machen, die Pads überlappen zu lassen, um die korrekte Stimulierung zu erreichen. Das funkioniert effektiv, vorausgesetzt, der Kontakt der Pads auf der Haut ist nicht ungleich.

Das Plazieren der Pads muss entsprechend dem Körper des Kunden individuell angepasst vorgenommen werden, aber die generelle Position sollte derjenigen im Pad-Layout entsprechen. Am Besten konzentrieren Sie sich auf höchstens ein bis zwei Bereiche gleichzeitig.

Bei der Pad-Plazierung wird der Körper in links und rechts geteilt. So können Sie mit den Intensitätsreglern die unterschiedlichen Reaktionen der beiden Körperseiten ausbalancieren. Wie Sie bereits bemerkt haben, befinden sich am Ende jeden Kabels 2 Pads. Auf den Pad-Layouts sind die Pads ebenfalls paarweise bezeichnet. Es ist äusserst wichtig, diese paarweise Anordnung zu befolgen. Die nachfolgenden Pad-Layouts sind für Behandlungen mit dem monophasischen wie dem biphasischen Signal gleichermassen geeignet.

Pad-Plazierung bei monophasischem Signal: da das monophasische Signal viel stärker in eine Richtung fliesst, vom negativen zum positiven Pad, ist ein Pad immer stärker als das andere. Um zu erkennen, welches das positive und welches das negative Pad ist, betrachten Sie die nächste Abbildung weiter unten. Sie werden bemerken, wie am Ende jeden Kabels ein **+** (für positiv) und ein **-** (für negativ) aufgeprägt ist. Diese Kennzeichnung finden Sie zu Ihrer Orientierung bei der Padplazierung auch in den Pad-Layouts.



Verteilte Pad-Plazierung: Sie werden in einigen Fällen bemerken, dass die Pads über den Körper verteilt sind, um spezielle Muskelgruppen zu erreichen. Da bei den meisten Menschen eine Körperhälfte stärker ist, muss das negative Pad auf der schwächeren Seite plaziert werden, um eine Ausbalancierung der Kontraktion und damit ein perfekt ausbalanciertes Training zu erreichen.

Pad-Plazierung bei biphasischem Signal: Bei dem biphasischen Signal wechselt der Strom von einem Pad zum anderen. Das bedeutet, dass beide Pads gleich stark sind und die Polaritätskennzeichnung in den Pad-Layouts keine Bedeutung hat.

ULTRATONE SUPER PRO 20 PROGRAMME

Alle Programme beinhalten:

* Eine physiosequentiell rotierende Stimulierung von bis zu 20 verschiedenen Trainingseinstellungen.

* Einen Warm-Down-Modus für die letzen 2 Minuten, sodass die Behandlung sanft und entspannend endet.

* Entweder einen TENS- oder einen MICRO-Impuls während der Behandlung, um maximalen Komfort und effektive Resultate sicherzustellen. TENS (Transcutane Elektrische Nerven-Stimulierung) wird gewöhnlich in der Anästhesiologie angewendet. MICRO-Wechselstrom ist ein angepasster, schwacher und direkter Strom, der die Zellverjüngung unterstützt und die Gewebeheilung beschleunigt.

* Einen voreingestellten Timer, der die Behandlung am Ende eines Programms automatisch stoppt.

* Besonders angepasste Impulsbreiten, die maximale Stimulierung und Komfort für alle Trainingsarten sichern. Kurze oder enge Impulse reduzieren die Zeit jedes einzelnen Impulses und vermitteln eine sanftere Stimulierung. Lange oder weite Impulse verlängern diese Zeit und bringen eine stärkere Stimulierung.

* Individuelle Anstiegszeiten für jede Kontraktionshüllkurve. Die Anstiegszeit ist länger bei langen Kontraktionen, verkürzt bei kurzen Kontraktionen, und sichert so ein schrittweise ansteigendes und angenehmes Signal.

PROGRAMM ULTRAFAST

FÜR SOFORTIGEN GEWICHTSVERLUIST

Wie Sie schon bemerkt haben, wird das Ultrafast-Programm gestartet, wenn Sie Ihr ULTRATONE Super-PRO 20 einschalten. Dieses hochfrequente Signal mit breiter Pulsweite bringt sehr schnelle Ergebnisse in einer kurzen Behandlungszeit (17 Minuten). Die energiereichen Kontraktionen vermitteln ein starkes Straffen der Muskeln, ziehen den Behandlungsbereich zusammen und helfen beim Ausspülen überschüssiger Gewebeflüssigkeit.

Das Ultrafast-Programm ist die ideale Einführungsbehandlung für Kunden, die schnelle und effektive Resultate sehen wollen. Da Ultrafast eine sehr lebhafte Art von Training darstellt, ist es das Beste, eines der 4 anderen Programme nachfolgen zu lassen, um den Umfangsverlust und die Vorteile einer lange anhaltenden Muskelformung zu erhalten.

Die Kontraktionszeit ist voreingestellt bei 4 Sekunden

Die Entspannungszeit ist voreingestellt bei 4 Sekunden

Die Impulse/Sekunde sind voreingestellt bei 100 p.p.s

Die Anstiegszeit ist voreingestellt bei 0.6 Sekunden

Die Pulsweite ist voreingestellt bei 400 Mikro-Sekunden

Die Behandlungszeit ist 17 Minuten

DER BEHANDLUNGSVERLAUF

1. Plazieren Sie die Pads wie in der Schritt-für-Schritt-Anleitung von S. 20-21 und drehen Sie die Intensitätsregler auf. Das START-Lämpchen blinkt während der Kontraktionszeit.

2. Wenn der Kunde eine gute Muskelbewegung sieht und fühlt, drücken Sie die START-Taste. Die Kontraktionszeiten werden weiterhin durch das blinkende Licht angezeigt und die Behandlung beginnt.

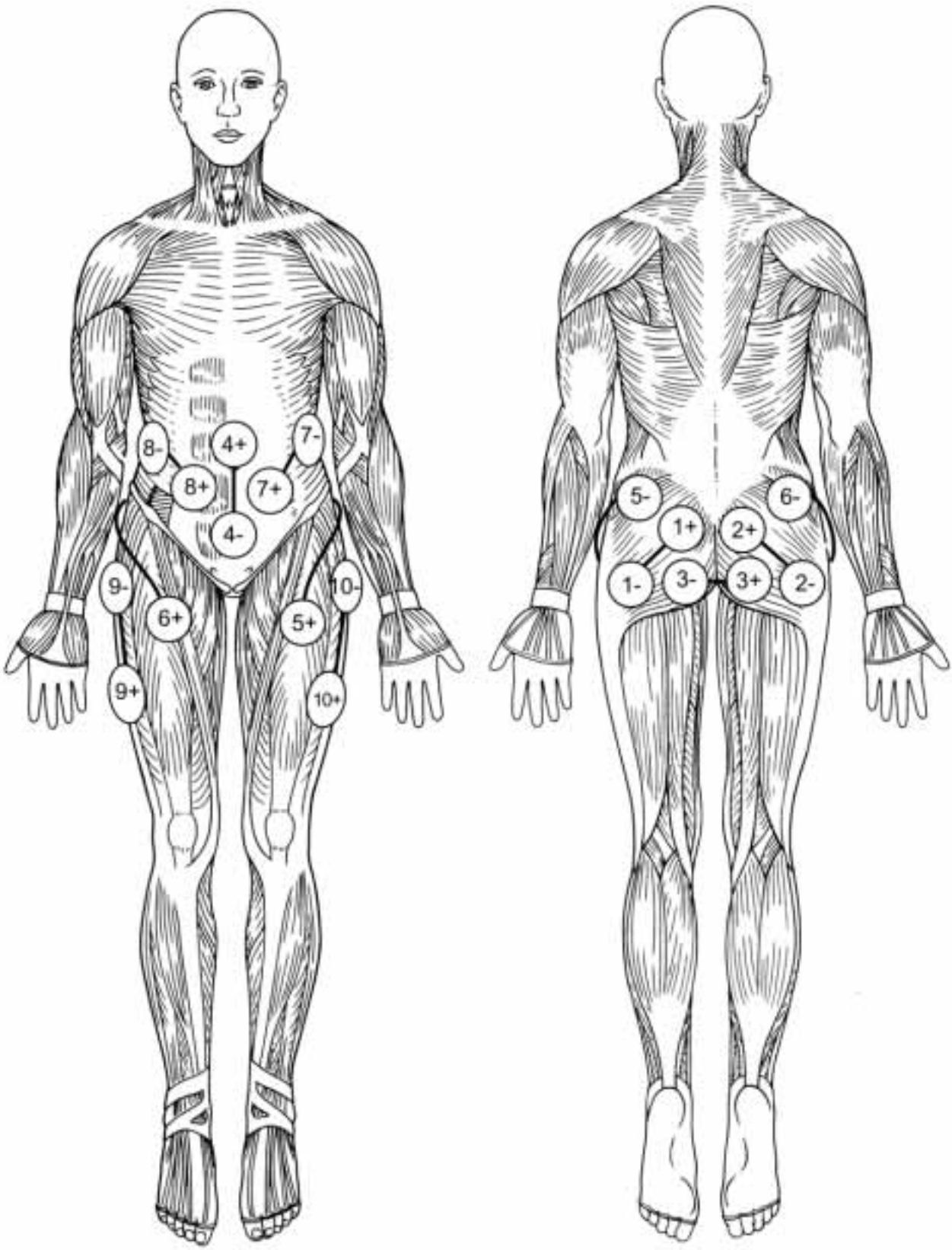
3. 2 Minuten vor dem Ende der Behandlung ertönt ein kurzes Signal, das den Beginn der WARM-DOWN-Phase anzeigt.

4. Das ULTRATONE Super-PRO 20 beendet die Behandlung automatisch.

5. Schalten Sie alle Intensitätsregler auf OFF.

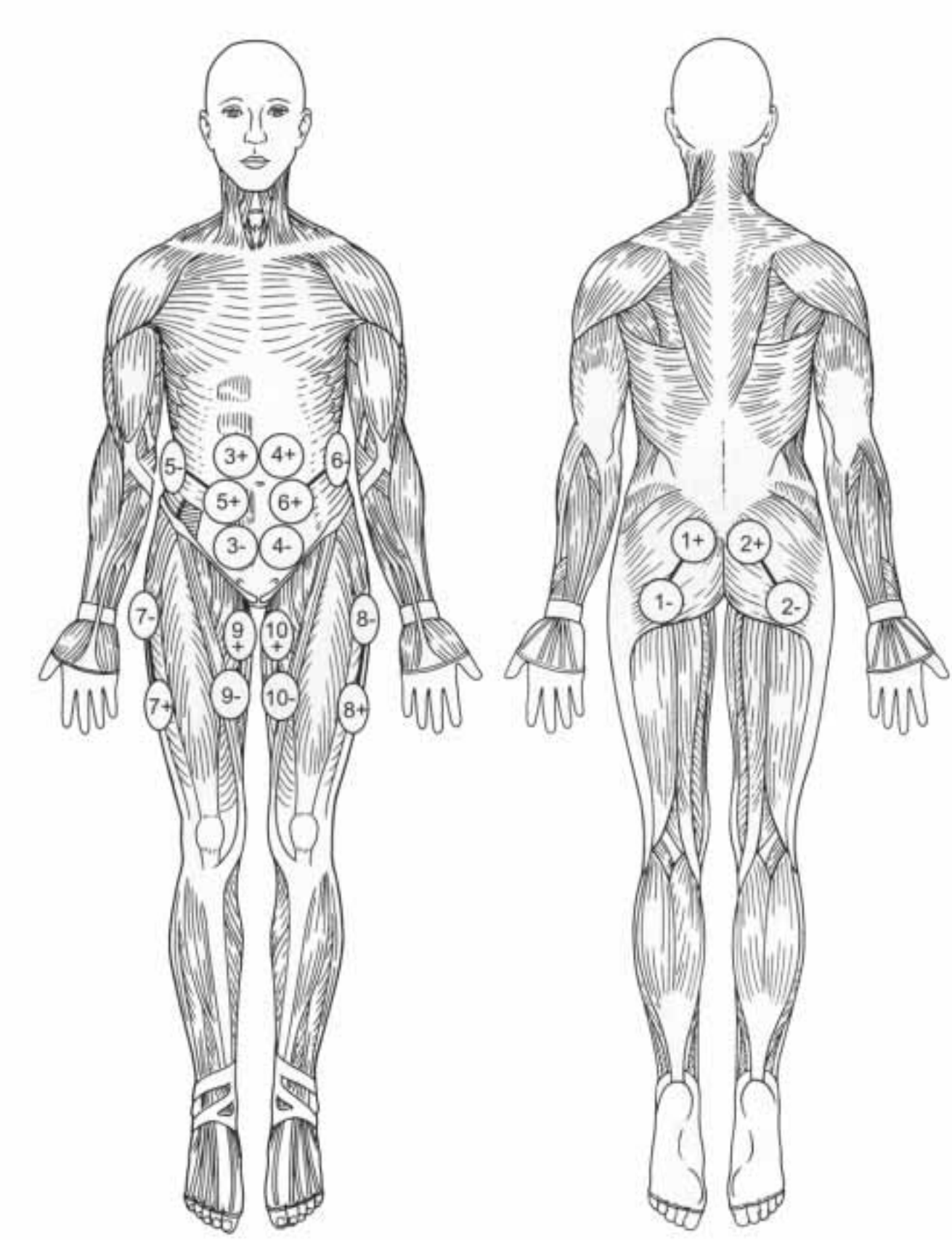
ULTRAFAST PAD-LAYOUT 1

SCHMALER KÖRPERBAU



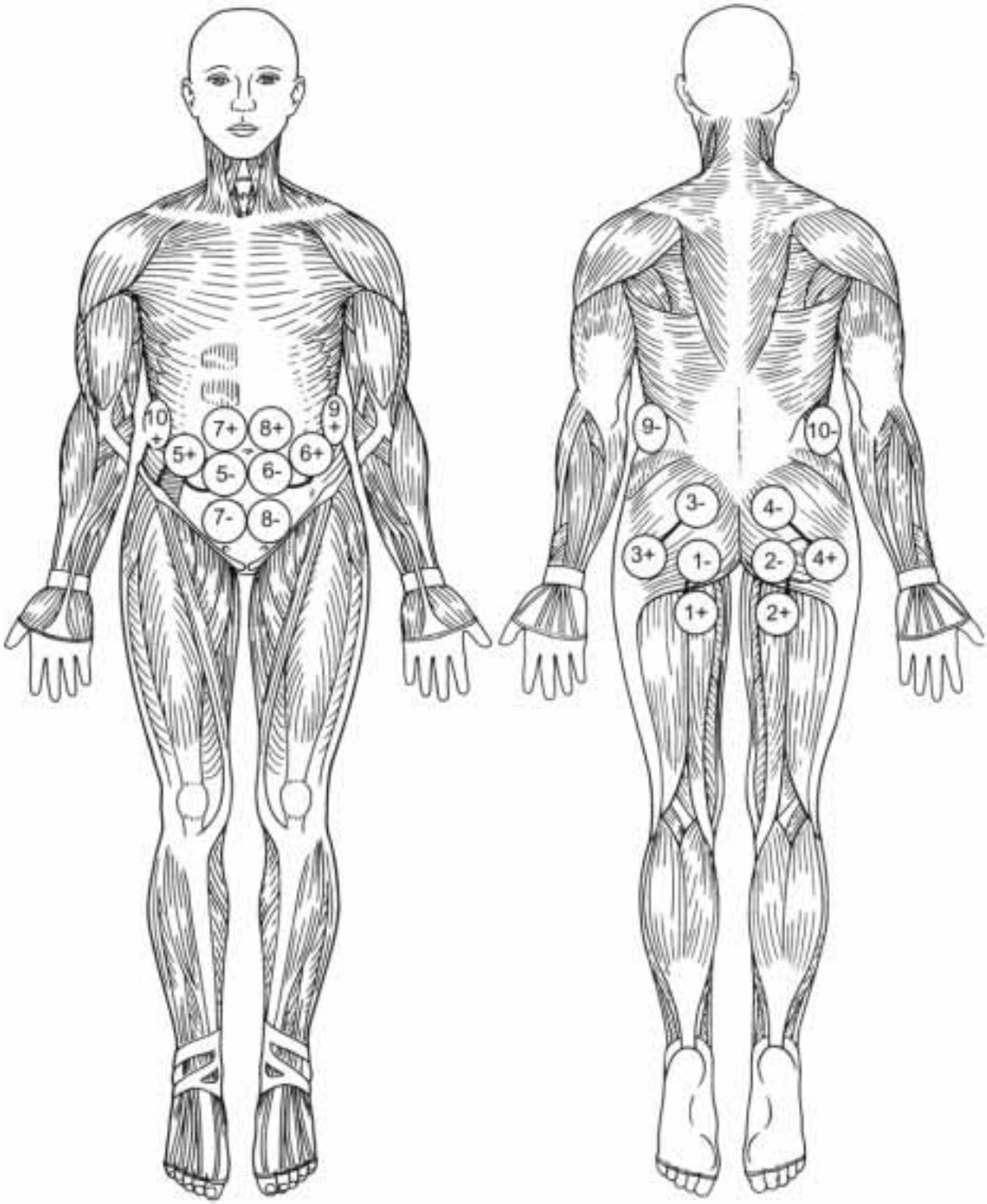
ULTRAFAST PAD-LAYOUT 2

MITTLERER KÖRPERBAU



ULTRAFAST PAD-LAYOUT 3

GROSSER KÖRPERBAU



DIE VORTEILE
DER PHYSIOSEQUENTIELLEN ULTRAWAVE-PROGRAMME

Die neuen, revolutionären, automatischen, sich selbst anpassenden und physiosequentiell rotierenden Ultratone-Programme ermöglichen Ihnen ein aussergewöhnlich vielseitiges und zuverlässiges Körperformen.

Das einzigartige Ultrawave-Signal überträgt einen effizienten und komfortablen Impuls auf den Körper, wodurch der Komfort steigt und 100% der erreichten Muskelfasern stimuliert werden. Die Kombination des Ultrawave-Signals mit dem speziellen monophasischen Ultratone-Impuls ermöglicht Ihnen die Verwendung von Gels und Präparaten mit aktiven Bestandteilen, um die Behandlung zu vervollständigen und noch spektakulärere Ergebnisse zu erzielen.

Verständlicherweise trainieren Ihre Muskeln während einer aktiven Übung, indem sie einen ganzen Bereich von Bewegungen abarbeiten, der ein integrierter Teil dieser besonderen Übung ist. Wie eintönig diese Übung auch immer ist, so beinhaltet sie doch verschiedene Sequenzen mit verschiedenen Amplituden und Effekten.

Um diese natürliche Muskelaktivität zu imitieren, hat Ultratone Programme entwickelt, die verschiedene Kontraktions- und Ruhezeiten aufweisen und automatisch die Frequenz, die Anstiegszeit und Impulszahl verändern.

Jedes Programm wurde so entwickelt, dass die Übungseinheiten bestens angepasst sind an die gewünschte Behandlung. Wie bei einem normalen Training sind für ein sicheres und gesundes Muskelformen ein Warm-Up- und ein Warm-Down-Modus integriert.

PROGRAMM 1 ABNEHMEN

45 Minuten mit HI-TENS für Extra-Komfort

Bei Studien mit Ultratone-Geräten am Wellness-Institut in Deutschland *) wurde beobachtet, wie gewisse Behandlungsfrequenzen und Kontraktionszeiten den Fettabbau und die Umfangsverminderung unterstützten.

Das Slimming-Programm hat diese Ergebnisse aufgenommen und produziert eine intensive Rotation von Muskelkontraktionen mit Ruheintervallen und unterschiedlichen Impulsen und Frequenzen. Dieses Programm stellt ein präzises, kontrolliertes und schnell-agierendes Eindringen des Signals bereit, das den Stoffwechsel stimuliert und Fett abbaut, während es gleichzeitig die Muskeln strafft und einzieht. Es ist eine ideale Ergänzung zu Abnehm-Programmen.

Eine Umfangsreduzierung kann schon nach einer Behandlung sichtbar sein. Um die Ergebnisse zu maximieren, sollte eine Serie von 12-15 Behandlungen stattfinden, idealerweise dreimal pro Woche. Danach reicht eine Behandlung pro Monat zur Erhaltung der Ergebnisse.

Excellente Ergebnisse können erreicht werden unter gleichzeitiger Verwendung des Ultratone Anti-Cellulite & Slimming-Gels.

Massieren Sie das Ultratone Anti-Cellulite & Slimming-Gel auf Bauch, Hüfte, Taille, Schenkel und Gesäss und geben Sie etwas von dem Gel auch auf die Auflageflächen der Pads, bevor Sie sie plazieren. Wählen Sie das Slimmimg-Programm und fahren mit der Behandlung fort, wie es in der Schritt-für-Schritt-Anleitung angegeben ist.

BEMERKUNGEN ZU DEN PAD-LAYOUTS

Verwenden Sie die 3 Slimmimg-Layouts auf den folgenden Seiten.

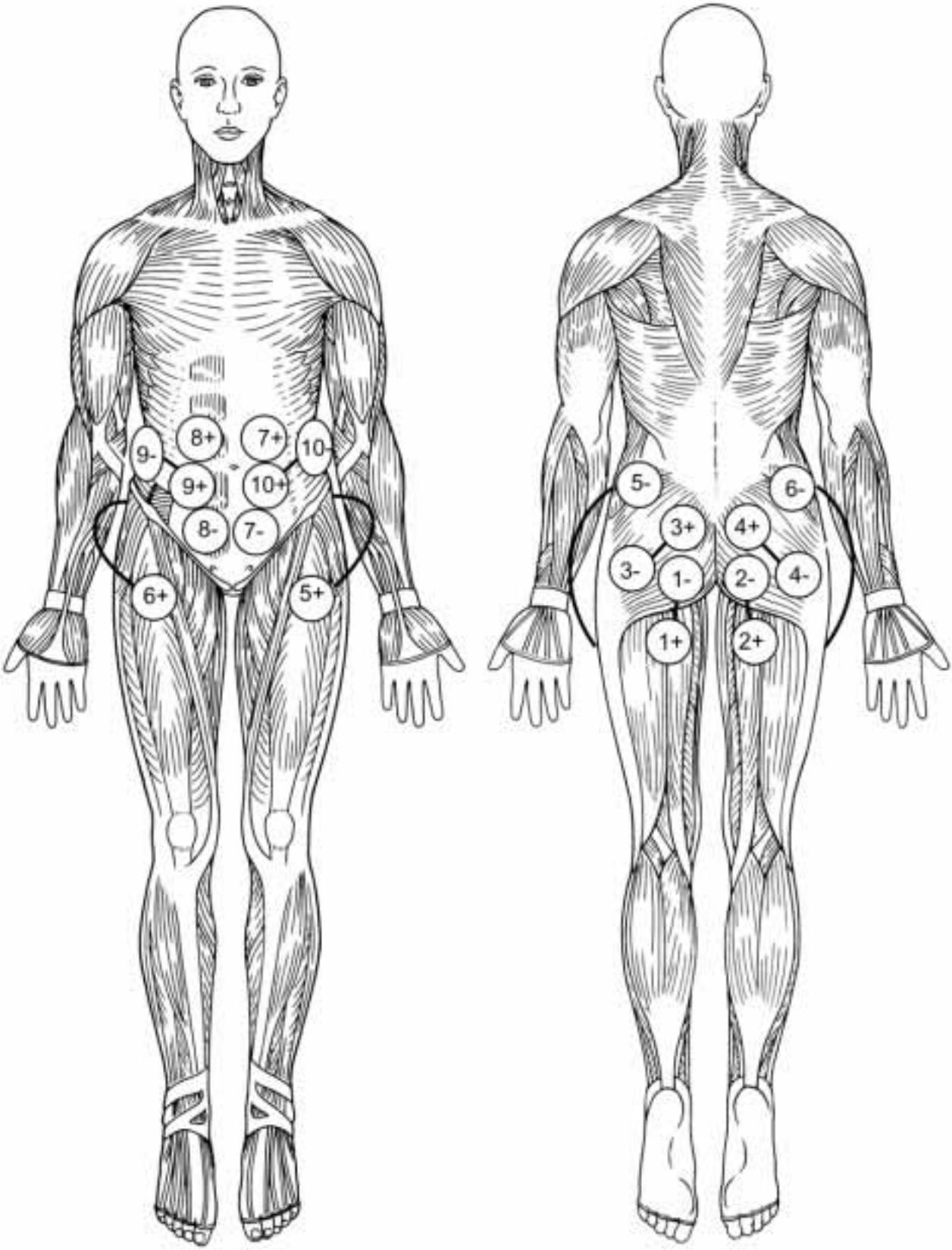
Für den grossen Körperbau ist auch das Pad-Layout 3 sehr effektiv.

Für den kleinen Körperbau ist auch das Pad-Layout 2 sehr effektiv.

*) Bitte fragen Sie Ihren Ultratone-Händler nach einer Kopie des Wellnessreports

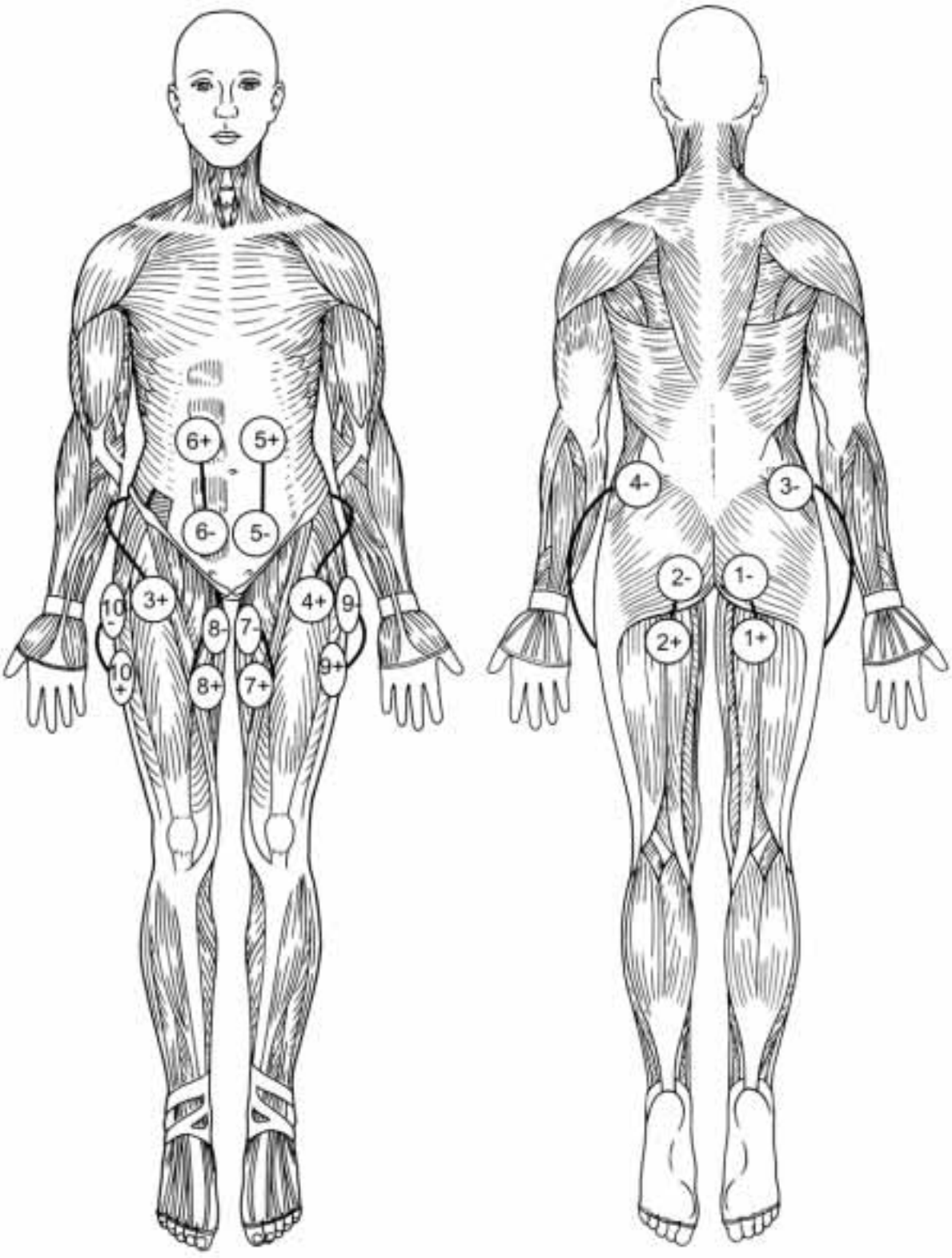
ABNEHMEN PAD-LAYOUT 1

TAILLE, BAUCH & GESÄSS



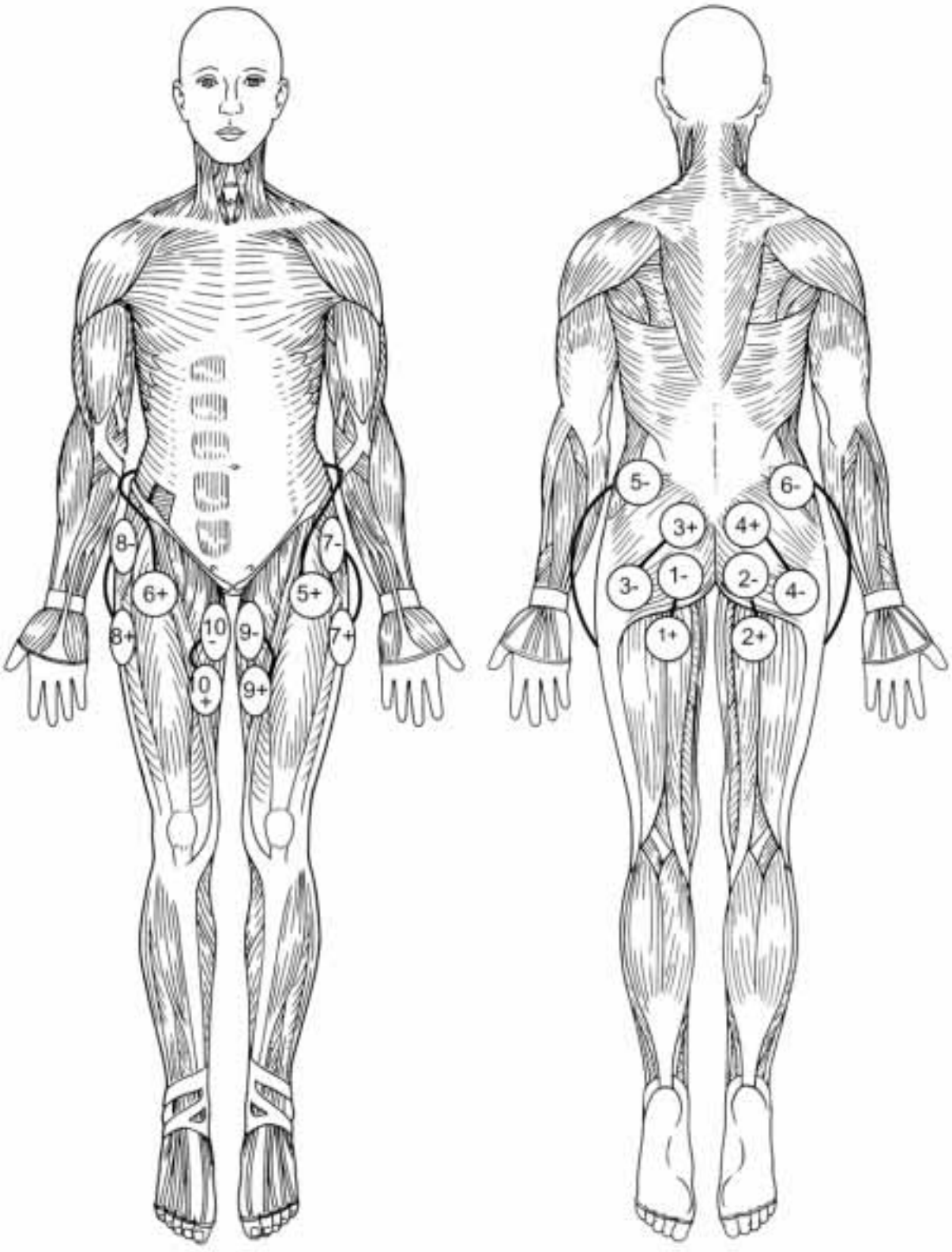
ABNEHMEN PAD-LAYOUT 2

BAUCH, HÜFTE, SCHENKEL & GESÄSS



ABNEHMEN PAD-LAYOUT 3

HÜFTE, SCHENKEL & GESÄSS



PROGRAMM 2 TIEFER MUSKELTONUS

40 Minuten mit Microwechselstrom

Dies ist das ideale Erhaltungsprogramm für langfristige Ergebnisse. Die verschiedenen, speziell angepassten Signale dringen zu den tiefen Muskelschichten und unterstützen eine effektive und lange anhaltende Umfangsverminderung.

Das physiosequentiell rotierende Programm, kombiniert mit dem Microwechselstrom, aktiviert den Blutkreislauf und trainiert den ganzen Muskelbereich.

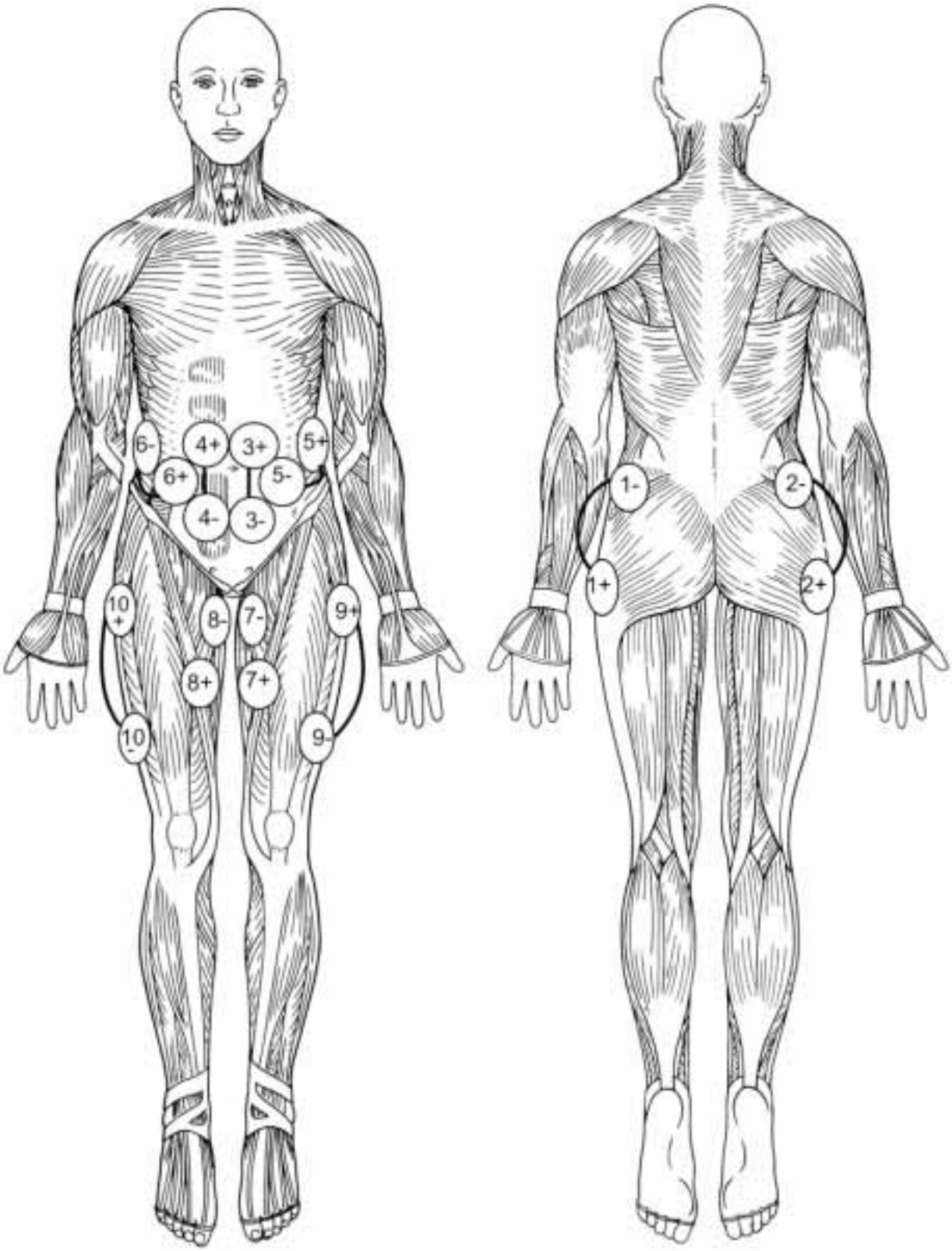
Bei einem normalen Training in einem Fitnesscenter dauert es im Allgemeinen mindestens ½ Stunde, bis die grossen, körperformenden Muskeln erreicht werden, da aktives Training zuerst die kleinen Muskeln einstellt und erst dann, nach intensiver Anstrengung, die grossen. Die komplexe Sequenz der Ultratone-Impulse aktiviert die grossen Muskeln sofort und vermittelt in kürzester Zeit intensive Formung, Lifting und Stärkung. Die verschiedenen Kontraktionen, Ruhezeiten und Frequenzwechsel sind ideal für ein Straffen und Formen der Muskeln, die kein regelmässiges Training erhalten.

Excellente und schnelle Ergebnisse werden erreicht unter gleichzeitiger Verwendung des neuen Ultratone Fermatone-Gels. Massieren Sie das Ultratone Fermatone -Gel auf die Behandlungsbereiche und geben Sie etwas von dem Gel auch auf die Auflageflächen der Pads, bevor Sie sie plazieren.

Wählen Sie das Deep-Muscle-Tone-Programm und fahren mit der Behandlung fort, wie es in der Schritt-für-Schritt-Anleitung angegeben ist.

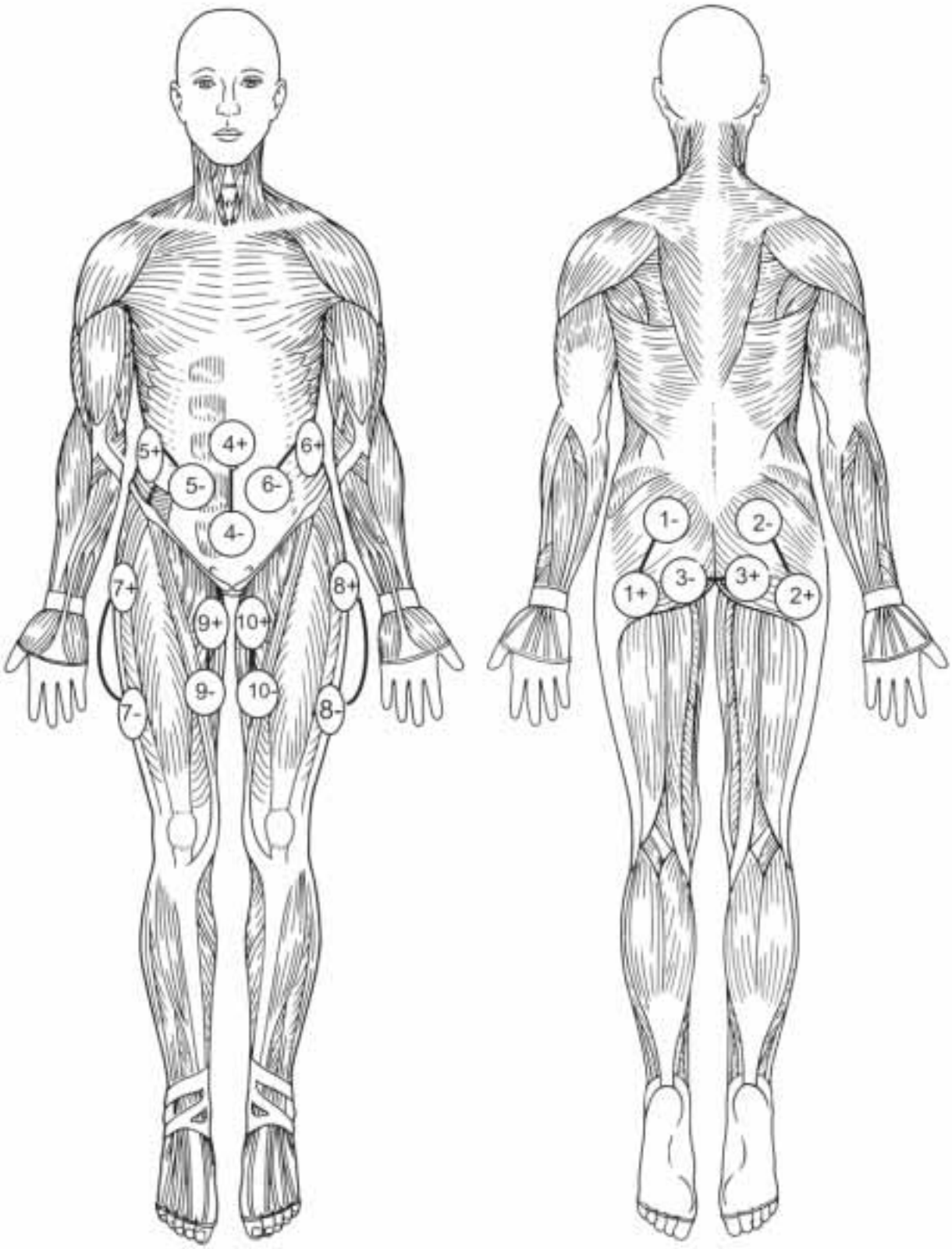
TIEFER MUSKELTONUS PAD-LAYOUT 1

BAUCH & SCHENKEL



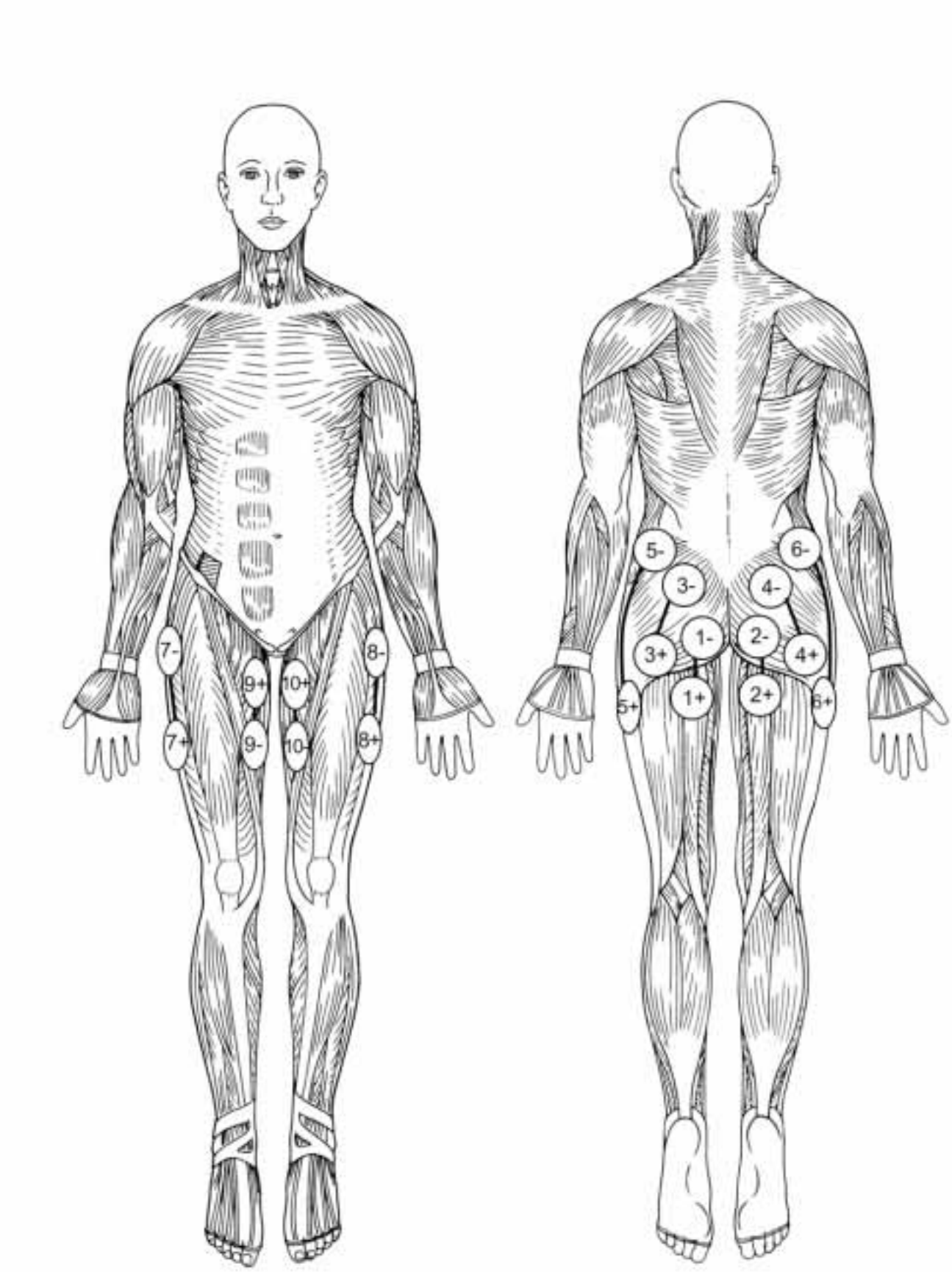
TIEFER MUSKELTONUS PAD-LAYOUT 2

BAUCH & SCHENKEL



TIEFER MUSKELTONUS-LAYOUT 3

SCHENKEL, HÜFTE & GESÄSS



PROGRAMM 3 FITNESSTRAINING (Workout)

40 Minuten mit HI-TENS für Extra-Komfort

Die physiosequentiell rotierenden Einstellungen bieten ein intensives, muskelbildendes Training und verbessern die Stärke und Kraft, Ausdauer und Reaktionsgeschwindigkeit.

Am Anfang kann das Workout-Programm verwendet werden, um eine schnelle Umfangsverminderung und (Gewebe-)Konzentration zu erreichen, indem schlaffe Muskeln angezogen und hängende Bereiche gehoben werden. Eine kontinuierliche Anwendung über 18-24 Behandlungen hilft, die Masse und Grösse der Muskeln zu vergrössern, die schwach und unterentwickelt sind.

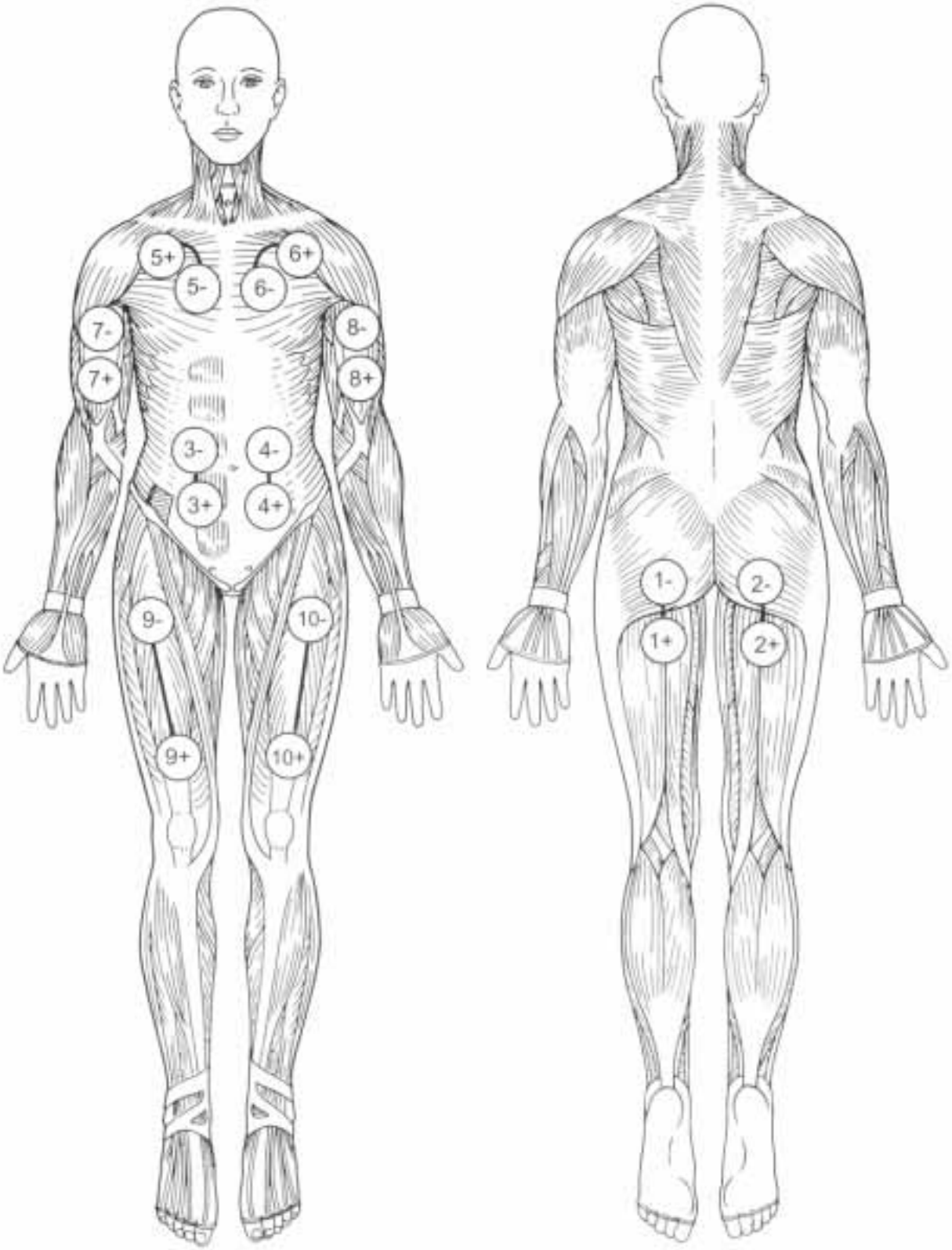
Um konzentrierte Body-Building-Ergebnisse zu erreichen, sollten Gewichte oder Widerstände verwendet werden, was die Muskelfasern vergrössert und die Muskelmasse wachsen lässt.

Dieses Programm ist ideal für Männer, weil es gute Körperformergebnisse bringt und die allgemeine Fitness und Ausdauer verbessert. Auch ist es ideal für den Kunden, der bereits gute Behandlungsergebnisse erreicht hat und einmal im Monat kommt, um diese Ergebnisse zu erhalten und gut in Form zu bleiben.

Excellente und schnelle Ergebnisse können erreicht werden unter gleichzeitiger Verwendung des neuen Ultratone Fermatone-Gels. Massieren Sie das Ultratone Fermatone-Gel auf die Behandlungsbereiche und geben Sie etwas von dem Gel auch auf die Auflageflächen der Pads, bevor Sie sie plazieren. Wählen Sie das Workout-Programm und fahren mit der Behandlung fort, wie es in der Schritt-für-Schritt-Anleitung angegeben ist.

FITNESSTRAINING PAD-LAYOUT 1

GANZER KÖRPER



FITNESSTRAINING PAD-LAYOUT 2

BAUCHBEREICH, OBLIQUES, QUADRIZEPS & BIZEPS